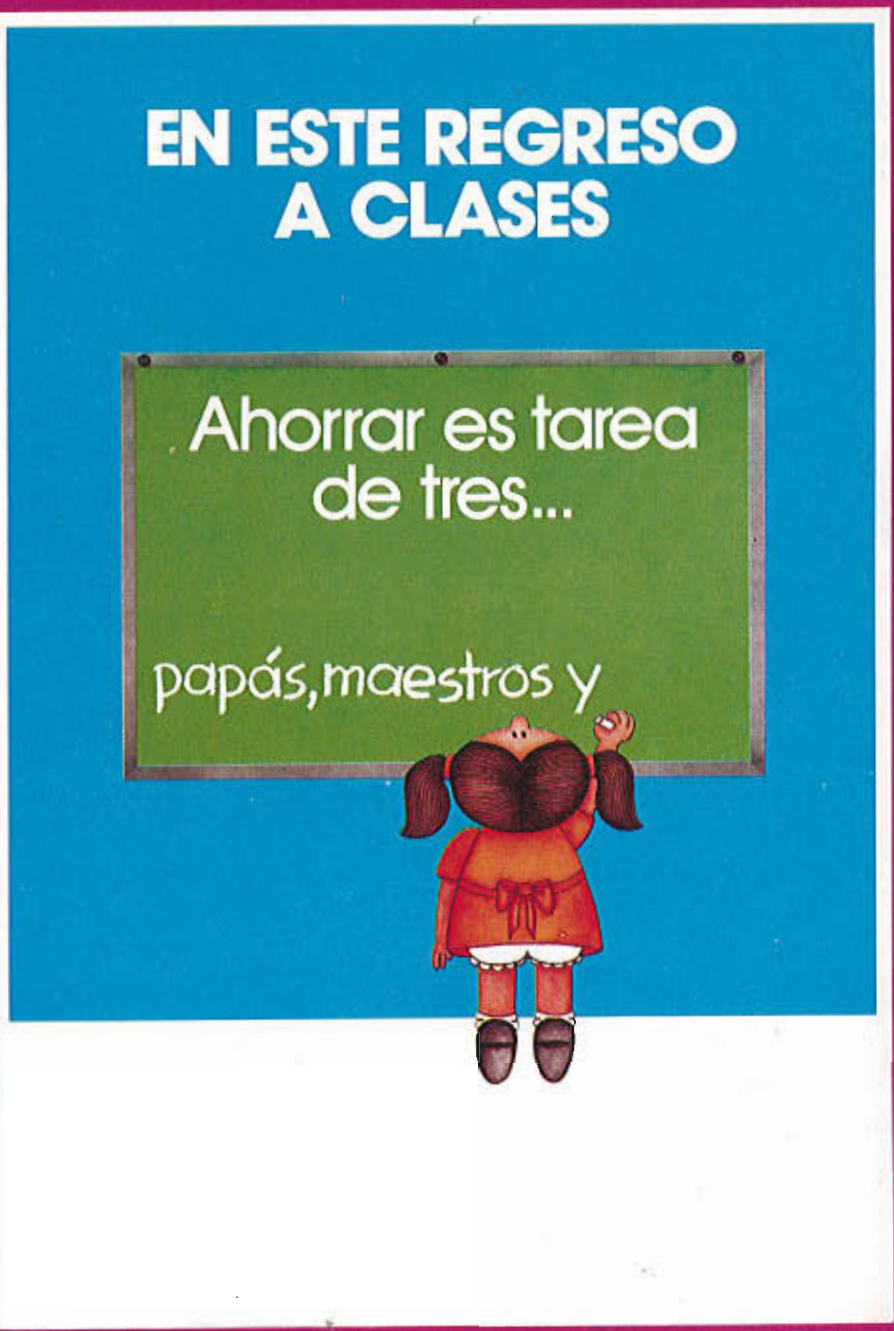
revista del
consumidor
informa, capacita y orienta
UNA PUBLICACION MENSUAL DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR /NUMERO 114 /AGOSTO DE 1986/ 60 PESOS

Educación:
¿Cuál es tu vocación?

Cuidado con las agencias de colocaciones

No todas las promociones son ofertas



El Brinco: El culto por las flores

Regreso a clases

El regreso a clases no sólo atañe a los alumnos, sino también a los padres y a los maestros quienes deben unirse en un esfuerzo por el mejor aprovechamiento escolar y el menor gasto en útiles.

Todos pueden contribuir a esta tarea, los alumnos buscando la manera de reutilizar los artículos escolares de años anteriores ya que no todos se acaban; los maestros solicitando únicamente los que sean necesarios para el correcto desempeño del alumno en el ciclo escolar, para ello podrán apoyarse en la lista oficial; y por último los padres comparando precios antes de comprar para hacer el menor gasto posible.

En este regreso a clases, ahorrar es tarea de tres.

DIRECTORIO INCO

Dirección General
CLARA JUSIDMAN DE B.

Dirección Técnica
FERNANDO URDANIVIA CORIA

Dirección de Promoción
ANDRES MANUEL LOPEZ OBRADOR

Dirección de Producción Audiovisual y Editorial
MARTHA SUSANA RUIZ DE SARAVIA

Dirección de Finanzas y Administración
MANUEL GALVAN ZUART

Coordinación de Delegaciones
GRISELDA ARISTA QUEZADA

SUBDIRECCIONES

Estudios Socioeconómicos
GUSTAVO PONCE MELENDEZ

Estudios Técnicos
LUIS JUAREZ SUAREZ

Promoción
RODOLFO F. PEÑA VILLANUEVA

Producción Audiovisual y Editorial
JOSE LUIS GARCIA NAJERA

DELEGACIONES

Chihuahua
VICTOR MANUEL BARRIGUETE

Coahuila
MARCELA GOMEZ WULSCHNER

Estado de México
GABRIEL GAMA FLORES

Guanajuato
LUIS O. MEDELLIN OCHOA

Guerrero
MARGARITA GALEANA ADAME

Hidalgo
ESTEBAN G. CHAPA ZAMORA

Jalisco
JUAN GARCIA CASTILLO

Morelos
RAUL CARBONELL CARDENAS

Nuevo León
FRANCISCO JAVIER NUÑEZ

Puebla
ROBERTO ARTECHE LUGO

Sonora
GUILLERMO A. REYNA CELAYA

Tamaulipas
GUILLERMO NUÑEZ VELA

Tlaxcala
JOSE LUIS ARGUIJO TORRES

Veracruz
JAVIER ESCALERA LEANDRO

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

EDITORIAL

AHORRAR ES TAREA DE TRES. Con esta frase el Instituto Nacional del Consumidor reinicia la tradicional campaña con motivo de un nuevo ciclo escolar y el retorno de los alumnos a la escuela.

Este año se ha querido resaltar, además de la importancia que el profesor, el padre de familia y el alumno tienen en la decisión de compra de útiles y uniformes escolares; la trascendencia del papel que juegan estas tres figuras en la adquisición de nuevos hábitos relacionados con el cuidado y la valoración de los instrumentos de trabajo del niño, como parte de su propio proceso de aprendizaje.

La orientación que contiene esta revista, y la proporcionada por los otros medios de difusión de que dispone el INCO, se derivan de los resultados obtenidos en las investigaciones y estudios realizados en torno a las prendas de vestir que componen el uniforme escolar, a los artículos necesarios para acudir a clases, y a los servicios educativos de enseñanza media y superior.

Parafraseando la expresión, podemos afirmar que AHORRAR ES TAREA DE TODOS, no sólo en el ámbito del hogar y de la escuela, sino que en bien de la economía familiar y nacional. Como mexicanos debemos procurar una mejor aplicación de nuestros recursos.

CONSEJO EDITORIAL: Clara Jusidman de B.; Fernando Urdanivia Coria; Andrés Manuel López Obrador; Martha Susana Ruiz de Saravia; Griselda Arista Quezada. **Subdirección de Producción:** José L. García Nájera. **Jefatura de Publicaciones:** Leonor Azcárate. **Coordinación Editorial:** Guillermo Sarquis F. **Redacción:** Patricio Avitia; Fausto Idueta. **Suplemento "El Brinco":** Marie Puga. **Reporteros:** J. Eduardo Aguilar; Amalia Beltrán E.; Marta Sandra García; Oscar Romero Rojas; Juan Ramón Zabalegui; Genaro Núñez. **Reporteros Gráficos:** Luis F. Paz; Fernando Rojas; Gustavo Adolfo Carrillo Vélez. **Departamento de Arte y Diseño:** Augusto Apón García. **Formación, Ilustraciones y Viñetas:** Marcelo Ahuerma S.; Francisco Alatriste T.; Alma Elena Arenas G.; Dolores Ramírez; Jesús Rodríguez G.; Nora García Páez. **Impresos:** María Dolores Fernández Morett.
APOYO ESPECIAL AL NUMERO 114 DE LOS DEPARTAMENTOS: Análisis sobre Comunicación: José Chan Escalante. **Información y Orientación Directa:** Gregorio Alanís Pardiñas. **Derechos del Consumidor:** Héctor I. Mejía Alvarado. **Documentación e Información:** Francisco Jiménez Rojano. **Educación para el Consumo:** Flavio Ruiz Suárez. **Comunicación Social y Relaciones Públicas.** Francisco Balderas Guzmán. **Bioquímica:** Ana Ma. C. de Haqueht. **Estudios Económicos:** Araceli Moreno Acosta. **Seguimiento y Análisis del Consumo:** José Manjárrez Medina. **Ingeniería:** Eduardo Martínez Pacheco.

SUMARIO

Pág. 13

Al terminar la secundaria o la preparatoria, el estudiante vive un periodo de indecisión por no contar con la información suficiente para decidir el próximo paso que dará. Es aquí donde la orientación vocacional adquiere importancia primordial, pues es la única manera de que el joven cuente con un marco de referencia más amplio que le permita hacer una adecuada elección del campo profesional a que se avocará, ya sea a través de una carrera técnica o de una de las llamadas "clásicas".

Pág. 23

Todos los dias encontramos, en los grandes almacenes o supermercados, una gran cantidad de promociones y ofertas que los comerciantes planean con mucho cuidado para vender sus productos. En la mayoría de los casos la realidad de las "baratas" no concuerda con lo que se promete en la publicidad, por eso debemos tener mucho cuidado con este tipo de ventas ya que al creer que vamos a adquirir una ganga, olvidamos la calidad de los productos, las garantías que se tienen en caso de mal funcionamiento y sobre todo que se trata, en muchas ocasiones de artículos que no se han vendido y que por eso están de oferta.

Pág. 29

El consumo desmedido de alimentos con alto contenido de azúcar (dulces, chocolates, pastelillos, etcétera) y de carbohidratos (pan, galletas, pasteles y harinas en general) no sólo provoca obesidad y caries, sino que en personas con propensión a la diabetes puede desarrollarla. La diabetes consiste en el aumento de la concentración de azúcar en la sangre, lo que puede suscitar graves complicaciones como infecciones, aterosclerosis, ceguera y coma.

INDICE

Editorial 1
Sumario 2
Uniformes escolares: útiles necesarios 3
Estudio comparativo de lápices 5
El Sistema Nacional de Educación Tecnológica. Una buena alternativa educacional 7
¿Educación o prestigio? 10
¿Cuál es su vocación? 13
Alimentación
Los buenos hábitos 16
Indice Nacional de precios al consumidor 18
Evolución de los precios de productos electrodomésticos de febrero a julio de 1986 20
Cuidado con las agencias de colocaciones 21
La ley y el consumidor
Promociones y ofertas 23
No todas las promociones son ofertas.. 25
El consumidor en el mundo y noticias . 27
Diabetes: Azúcar nada dulce 29
Obesidad contra fortaleza 31
El nopal 34
Amor por ti bebí mi propio llanto 37
Cocina tradicional 40

Los uniformes escolares: útiles y necesarios

Amalia Beltrán E.

¿Es necesario y obligatorio el uso de uniformes en primarias y secundarias oficiales? Año con año se presenta la misma controversia sobre esta ropa para la escuela. Algunos padres de familia lo consideran conveniente porque evitan que se observen diferencias socioeconómicas entre el alumnado, pero otros están en contra, por el gasto que, junto con los útiles, representa el uniforme.

Al respecto, cabe señalar que en las escuelas primarias no es obligatorio su uso, sólo en las escuelas secundarias oficiales, ya que el Reglamento Interior de Trabajo de las Escuelas de Segunda Enseñanza así lo menciona en el artículo 65, fracción I, el cual dice:

"Son obligaciones de los alumnos proveerse, antes de la inauguración de los cursos, de su equipo de gimnasia, bata de trabajo o uniforme que exija la escuela, así como de los libros, útiles y material de clases que se señalen como indispensables. Mientras los alumnos no satisfagan este requisito no podrán asistir a las clases y transcurridos ocho días se cancelará la inscripción".

Al respecto, el profesor Humberto Solís Juárez, director de la secundaria "Vasco de Quiroga", afirma que en todas las escuelas de segunda enseñanza se exige el uniforme escolar, pues además de ser obligatorio, facilita la identificación de los alumnos y se evita que jóvenes ajenos entren a la escuela.

"Lo que sí nos prohibe la Secretaría de Educación Pública es que pidamos a los padres que compren el uniforme en determinada tienda o en la propia escuela, ellos pueden adquirirlos en donde mejor les convenga e incluso, mandarlo a hacer", dijo el maestro Solís.

En cuanto al uso del uniforme en las primarias no existe ninguna reglamentación que lo exija. Solamente en la circular número 001 emitida por la SEP se menciona que la inscripción de los alumnos en escuelas oficiales es gratuita y queda estrictamente prohibido hacer cobro alguno por parte de los directores, maestros de grupo o asociaciones de padres de familia. Asimismo, no es válido que **condicionen la inscripción a que adquieran ahí los uniformes**, materiales o útiles escolares.

Para saber más sobre la conveniencia del uso del uniforme escolar, entrevistamos al profesor Erasto Corro Martínez; inspector de la zona escolar No. 23, quien manifestó:

"Efectivamente, uno de los problemas que con más frecuencia se presentan en las escuelas primarias, que dependen de la Secretaría de Educación Públiea, es el relacionado con los uniformes escolares, que le exigen a los alumnos cuando se inicia el año escolar. Constantemente los padres protestan por esta exigencia y basan su inconformidad en el hecho de que

no se les da a conocer ningún reglamento en el cual las autoridades y maestros de grupo se basen para cumplir con este requisito".

"En cuanto a las necesidades de que los alumnos de primaria porten su uniforme para asistir a clases, no existe ninguna norma escrita para fundamentar este requerimiento sin embargo, debido a que en nuestras escuelas primarias asisten niños de diferentes niveles socioeconómicos, se ha comprobado que el uso de ropa sin reglamentar marca las diferencias sociales, de tal suerte que las familias con mayores posibilidades económicas les compran a sus hijos ropa de mejor calidad. En cambio, los niños de padres con escasos recursos económicos llevan ropa de una calidad menor.

"Lo anterior —señaló el funcionario—, acentúa las grandes diferencias sociales que influyen preponderamente en la convivencia de los alumnos y en el trato con los maestros, ya que pueden darse casos descriminatorios que influyen en el proceso de enseñanza-aprendizaje".

El inspector dijo también que el uniforme sirve para la identificación de los alumnos, ya que, por ejemplo, cuando éstos sufren un accidente, se extravían o "se van de pinta", a través de la vestimenta se logra la identificación de la escuela a la que pertenecen.

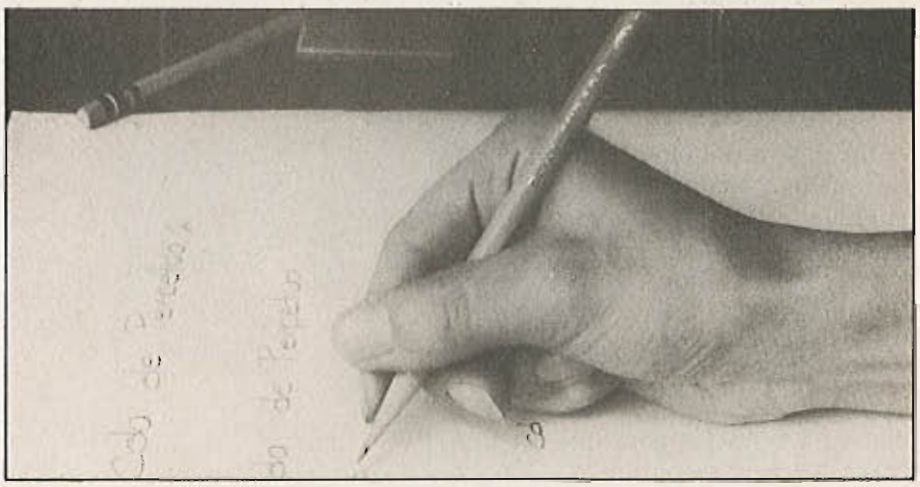
Finalmente, el profesor Corro Martínez expresó: "es necesario dejar claro que cuando algunos padres no estén en posibilidad de comprar los uniformes, los maestros y directores de escuela deben abstenerse de aplicar sanciones o negar la inscripción, ya que de hacerlo se violaría el Artículo 3º Constitucional y las disposiciones de la SEP".

Con el propósito de conocer la opinión de las madres de familia, que a fin de cuentas son quienes realizan el gasto, platicamos con la señora Raquel Ruíz de Durán, representante de las Asociaciones de Padres de Familia de la Zona Escolar 23 nos dice: "Sí debe usarse el uniforme escolar, pues así no se notan las diferencias sociales. En lo único que no estoy de acuerdo es que en algunas escuelas de otras zonas escolares se exige la compra del uniforme en determinadas tiendas. Se debe dejar en libertad a los padres para que compren la ropa en el lugar que crean más conveniente".

Esperamos que después de leer este artículo, su opinión haya cambiado y esté de acuerdo en que sus hijos usen diariamente el uniforme escolar. Le recomendamos que antes de adquirirlos, compare precios y no se precipite en sus compras. Recuerde que existen centros como CONASUPO, ISSSTE, COVE, que ofrecen los uniformes a menor costo que en otros lugares.

Estudio comparativo de lápices

M. S. García Macías



Si usted acostumbra escribir con lápiz, seguramente le ha pasado que al recargar la punta sobre el papel ésta se rompe y que al afilarlo, su lápiz nuevo se reduce casi a la mitad.

Es posible, también, que al tratar de borrar no desaparezca lo escrito y el papel quede manchado o se rompa.

¿Qué hacer ante esto? ¿cómo poder distinguir entre un lápiz bueno y uno malo? Antes se sabía cuáles eran buenos pero por lo general eran los más caros, ahora todos cuestan casi lo mismo pero por su precio podemos determinar su calidad.

¿Cómo saber qué lápiz comprar?...

El Instituto Nacional del Consumidor, realizó un estudio acerca de lápices con el fin de determinar la calidad de los mismos. Para ello, examinó las marcas más compradas y las evaluó de la siguiente manera:

1. **La facilidad para sacar punta** (la dureza de la madera), con sacapuntas de tipo escolar y con máquinas sacapuntas.

En este aspecto un lápiz se considera **bueno**, si al sacar punta no se reduce su tamaño más de un centímetro y medio.

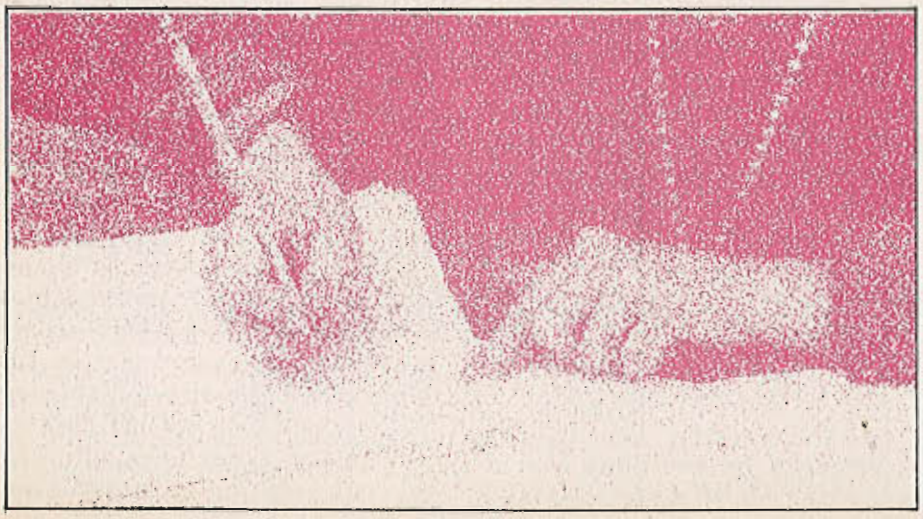
Regular si se reduce dos centímetros.

Y **malo** cuando el afilado rebasa los dos centímetros.

2. **La intensidad del color** (escritura). Se tomó como bueno cuando la tonalidad era la especificada por la norma de calidad.

Regular cuando la tonalidad varía en un 10 por ciento de lo especificado.

Y **malo** cuando la tonalidad varía más del 10 por ciento de lo especificado, por la norma de calidad.



3. **La firmeza del grafito**: es decir la unión de la madera y grafito a todo lo largo del lápiz. Se verificó mediante la operación repetida de sacado de punta, inspeccionando si estaba floja la puntilla o si se desprendía.

Se considera **bien** si no existen puntillas flojas ni se desprenden. Y si no se rompe la madera al escribir.

Mal, si hay puntillas flojas, se desprenden o se rompe la madera al escribir.

4. **El borrador**: se tomó como referencia la eficacia de la goma al borrar una línea de lápiz, considerando el desgaste que sufre la goma en las acciones de presión y número de pasadas.

El borrado se considera **bien** cuando la línea desaparece completamente, la goma no mancha el papel y el desgaste es poco.

Regular; si la línea desaparece totalmente aun cuando se manche ligeramente el papel y el desgaste es poco.

Mal; cuando la línea no desaparece totalmente, se mancha el papel, se rompe la hoja y se desgasta mucho la goma.

5. **La firmeza de la goma**; esto se refiere a la facilidad con la que se

puede desprender la goma del casquillo y se calificó como **bien** cuando se utiliza mucha fuerza (aproximadamente 2 kilos y medio).

Regular; cuando la goma se desprende al aplicar una fuerza de 1.5 a 2.5 kilogramos.

Y **mal** si la fuerza de desprendimiento es menor a un kilo y medio.

Resultados:

En base a la muestra analizada se concluyó que ninguna marca ni modelo tiene una calidad homogénea (total). En general todos los lápices tienen fallas: cuando no es la goma es la puntilla y en algunos casos, ambas cosas.

En la tabla anexa se dan los resultados comparativos entre marcas y modelos para que usted realice la mejor compra.

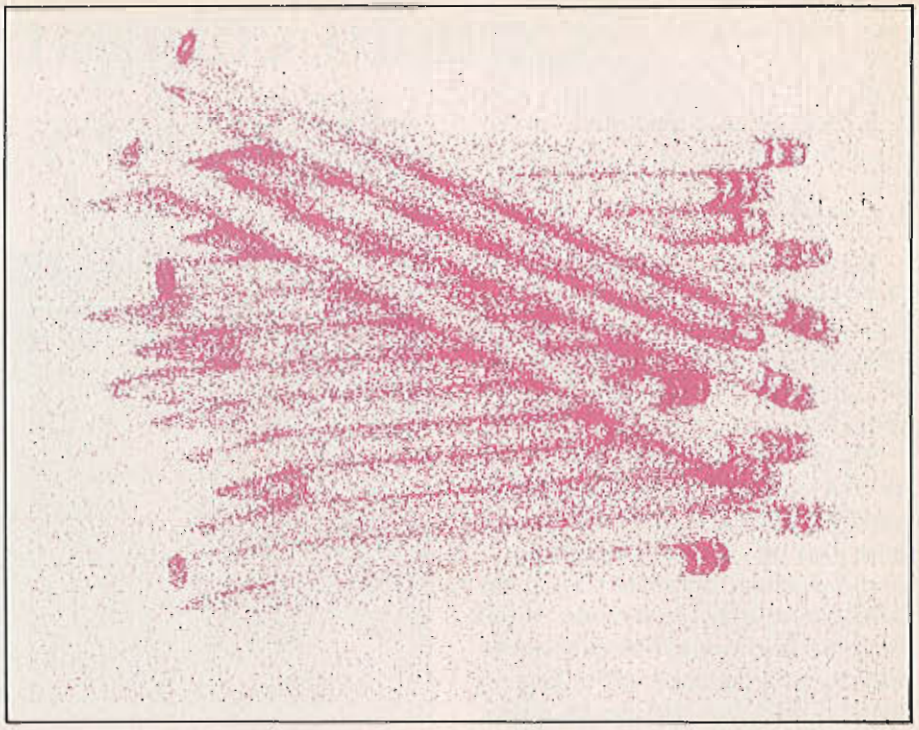


TABLA COMPARATIVA DE LAPICES

ASPECTOS DE IDENTIFICACION			CARACTERISTICAS DE OPERACION				
			GOMA		PUNTA (MINA)		
MARCA	MODELO O No. DE SERIE	DUREZA DE LA MINA	BORRADO	FIRMEZA	AFILADO	FIRMEZA	INTENSIDAD DE COLOR
DIXON	TICONDEROGA 1388	No. 2 MEDIANO	BIEN	MAL	BIEN	BIEN	BIEN
ASTRO	MERCURIO 2000 CASQUILLO PLATEADO		REGULAR	REGULAR	BIEN	MAL	BIEN
	MERCURIO 2000 CASQUILLO DORADO		MAL	BIEN	REGULAR	BIEN	REGULAR
	2000		REGULAR	REGULAR	BIEN	MAL	BIEN
	MASTER -A		MAL	MAL	REGULAR	MAL	REGULAR
BEROL	MIRADO		BIEN	REGULAR	REGULAR	MAL	BIEN
DIXON	TICONDEROGA 1388	No. 2 1/2 FIRME	BIEN	MAL	BIEN	BIEN	REGULAR
ASTRO	MASTER-A		MAL	BIEN	BIEN	BIEN	REGULAR
	MERCURIO 2000 CASQUILLO DORADO		MAL	BIEN	REGULAR	BIEN	REGULAR
BEROL	MIRADO		BIEN	BIEN	BIEN	MAL	REGULAR
DIXON	TICONDEROGA 1388	No. 3 DURO	BIEN	MAL	BIEN	MAL	BIEN
ASTRO	MASTER-A		MAL	BIEN	REGULAR	BIEN	BIEN
BEROL	MIRADO		REGULAR	BIEN	BIEN	BIEN	REGULAR

Una buena alternativa educacional

Alberto Ramírez Rivera

Por lo general existe una acentuada desinformación en los jóvenes para elegir una carrera. Esta incertidumbre vocacional se presenta comúnmente al finalizar la secundaria o al egresar de la preparatoria.

Según encuestas recientes, hechas por la Secretaría de Educación Pública (SEP), ésta es una de las causas que ha provocado un alto índice de deserción en los estudios profesionales, tanto en universidades públicas como en privadas.

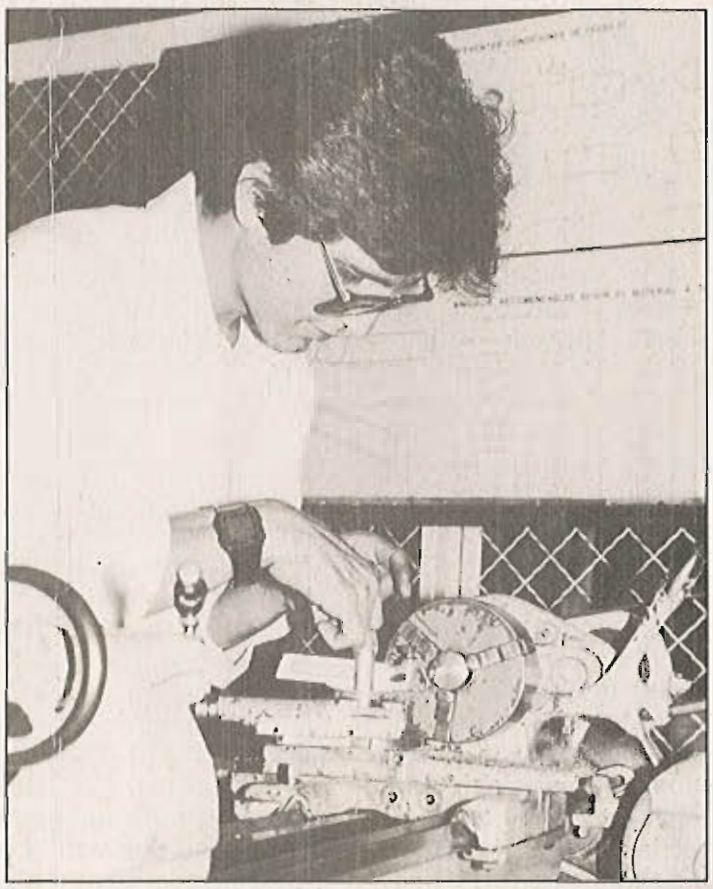
Información recabada en instituciones mexicanas de educación superior, nos indica que alrededor de un tercio de los estudiantes abandonan su carrera entre el primero y el segundo semestres, y que un diez por ciento más lo hace antes de pasar al segundo grado.

En el país es común que los padres de familia se inclinen por que sus hijos cursen una carrera de las llamadas "clásicas" (leyes, medicina y arquitectura, entre otras), debido a ciertos patrones establecidos que dictan que después de la secundaria se ingrese a una preparatoria y posteriormente a la UNAM.

¿Por qué entonces no se opta por las diversas carreras técnicas que ofrece el Sistema Nacional de Educación Tecnológica en México?

No es fácil decidir si se toman en cuenta las presiones familiares, las carencias económicas y, en otras ocasiones, los consejos para estudiar con la idea de que un título profesional puede ser lo mejor para ascender en la escala social.

México, en estos momentos, requiere de la formación de cuadros técnicos especializados en



todos los niveles para no depender del extranjero en este importante renglón.

Para hablarnos sobre este asunto, se entrevistó a Patricio Daowz, Director de Desarrollo Administrativo de la Subsecretaría de Educación e Investigación Tecnológica de la SEP, quien mencionó que "la educación técnica es una acción presente y futura que requiere difundirse: de lo contrario va a ser difícil abrir ciertas barreras de la dependencia tecnológica".

"El Sistema Nacional de Educación Tecnológica —añadió—, cuenta con cerca de mil centros educativos distribuidos en todo el país, con alrededor de 600 carreras que ofrecen una gran cantidad de opciones académicas, desde capacitación para el trabajo hasta estudios de posgrado, pasando por técnicos profesionales, bachillerato tecnológico y licenciatura. Representa una alternativa altamente estratégica, en virtud de que actualmente requerimos un mayor incremento de los cuadros técnicos, desde los niveles de la capacitación básica hasta la formación de alto nivel".

Existen centros educativos que a nivel medio superior preparan técnicos profesionales en cursos que duran un promedio de seis semestres y a los cuales se ingresa

después de la secundaria. Podemos mencionar algunos de esos planteles: los Centros de Estudios Tecnológicos (CET); el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP); los Centros de Estudios Científicos y Tecnológicos (CECYT) del IPN y los Centros de Bachillerato Tecnológico. En un nivel superior están los institutos tecnológicos.

Aunque el Sistema Nacional de Educación Tecnológica ofrece diversas áreas de estudio (industrial, marítima, físico-matemáticas, químico-biológicas y económico-administrativas, entre otras), la mayor demanda se concentra en las de ingeniería y tecnología.

"La demanda de las otras áreas —explicó Patricio Daowz—, gira en torno a las necesidades geoeconómicas, principalmente, de los diferentes estados o regiones de la República. Hemos detectado, en fecha reciente, que hay una marcada inclinación por las áreas administrativas y ciencias de la salud, que se estudian en el Instituto Politécnico Nacional, en el Distrito Federal".

La importancia de que exista una amplia gama de carreras técnicas en diversas áreas del conocimiento, radica en que el joven que egresa de la educación media y del bachillerato tecnológico opte por la que más le convenga y se adapte a sus intereses vocacionales y posibilidades económicas.

Algunas de las carreras y especialidades son: diseño gráfico, construcción, telecomunicaciones, motores de combustión interna, procesos de fabricación, buceo industrial, control de alimentos marinos, enfermería, cultivos marinos y sistema de refrigeración de plantas industriales pesqueras.

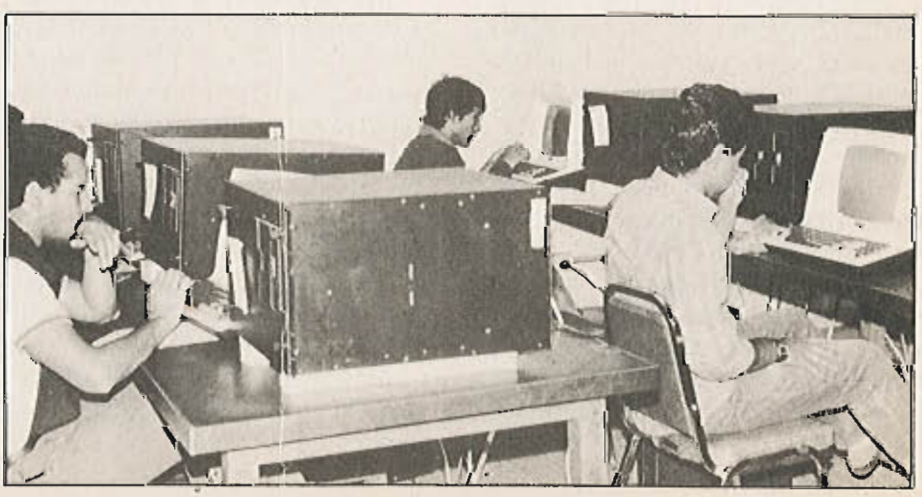
Al preguntarle al Director de Desarrollo Administrativo de la Subsecretaría de Educación e Investigación Tecnológica de la SEP si resulta costosa la enseñanza de una carrera técnica, nos señaló:

"Los costos y niveles de las carreras son fluctuantes. Los hay donde la infraestructura que ofrecemos no requiere de alta instrumentación, como es el caso de las que se estudian en el área económica-administrativa. Existen otras donde sí es necesaria, como son las de ingeniería y tecnología, así como en el área de la salud, donde es importante montar laboratorios. Hablar de los costos educativos implica manejarlos en función del impacto específico que se le pide al sistema tecnológico para formar cuadros técnicos; no obstante, tenemos planteles con un alto equipamiento en talleres y laboratorios".

Subrayó también que "esto implica una alta movilización de recursos y, en consecuencia, un alto impacto en la formación del estudiante, porque debe salir con la capacidad de poder manejar instrumentos, procesar productos e inclusive, generar productos terminados, ya sea en las áreas industrial y de servicios, agropecuarios, y de ciencias y tecnologías del mar".

Como se ve, los costos están determinados en función del equipamiento indispensable para formar un buen técnico y no difieren en mucho de las carreras "clásicas" que ofrecen las universidades del país.

Por lo anterior, y como ejemplos, cabe mencionar que la industria y el comercio modernos requieren cada vez más de sopladores de vidrio; de técnicos en vacío para la industria alimentaria y la editorial; de expertos en mantenimiento de equipo electrónico o en técnicas de laboratorio, clínicas o industriales, y muchas otras especialidades.



Estados de la República en donde se ubican los Centros de Educación Tecnológica.

Estados	CECAP	CEO'S	CET	CONALEP	Centro de Bachillerato Tecnológico	Institutos Tecnológicos
Aguascalientes	1	4	1	2	9	3
Baja California Norte	5	—	5	1	13	2
Baja California Sur	2	—	1	1	7	1
Campeche	2	1	2	2	9	2
Coahuila	2	1	6	5	18	4
Colima	1	1	2	2	5	1
Chiapas	1	—	4	7	5	3
Chihuahua	3	—	4	3	14	4
Distrito Federal	14	12	30	17	44	17
Durango	4	—	3	2	26	3
Guanajuato	3	—	8	6	21	2
Guerrero	1	2	6	8	29	3
Hidalgo	2	—	3	2	18	2
Jalisco	8	2	4	11	15	3
Estado de México	3	—	14	16	29	2
Michoacán	4	2	5	10	29	3
Morelos	1	2	5	2	15	2
Nayarit	3	—	1	1	12	2
Nuevo León	3	—	2	6	13	2
Oaxaca	2	2	6	5	32	7
Puebla	2	—	4	8	14	2
Querétaro	2	1	2	2	4	1
Quintana Roo	1	—	—	4	9	2
San Luis Potosí	2	1	3	4	22	3
Sinaloa	3	1	4	13	16	3
Sonora	3	—	2	11	26	4
Tabasco	2	—	2	6	13	2
Tamaulipas	6	2	8	5	35	5
Tlaxcala	3	—	1	2	10	2
Veracruz	5	4	13	9	52	6
Yucatán	4	—	3	4	14	3
Zacatecas	3	—	3	2	17	1

Para mayor información, acuda a cualquiera de estos centros en su localidad.

Paralelamente a los niveles de estudios mencionados, existen los Centros de Capacitación (CAP) y los Centros de Enseñanza Ocupacional (CEO) —ubicados en todo el país—, donde pueden ingresar las personas mayores de 15 años que sepan tan sólo leer y escribir, y que deseen aprender un oficio para integrarse al sector productivo.

Así, estos planteles ofrecen a los jóvenes y adultos, clases que van desde la economía doméstica y las artesanías, hasta la formación de obreros calificados. Entre sus áreas de preparación se encuentran: embobinado de motores y máquinas-herramientas, y oficios tales como cocina, electrónica, servicios de belleza y carpintería.

En poco tiempo (de nueve semanas a 10 meses, de acuerdo al grado de calificación que se pueda alcanzar), el conocimiento adquirido se puede aplicar en el trabajo de la fábrica, la construcción, la oficina y el pequeño taller familiar.

Hay una cantidad de áreas técnicas con diferentes niveles, para quien se interese en su estudio y pueda integrarse a las fuentes de empleo adecuadas a su formación.

El Sistema Nacional de Educación Tecnológica tiene como objetivo principal el mejor uso de nuestros recursos físicos, los insumos, las instalaciones y, sobre todo el desarrollo de nuestra población.

Se trata de buscar la vinculación entre la juventud y la realidad, tratando de que la educación sea, a corto, mediano y largo plazo, lo más realista posible, a través de una continua retroalimentación.

Para tener una idea del enorme crecimiento del sistema tecnológico, en el ciclo educativo pasado hubo más de un millón de personas que recibieron este servicio educacional, distribuidos en aproximadamente mil 700 planteles en todo el país.

"Sugerimos a la comunidad interesada —concluyó Patricio Daowz—, que se acerque más a lo que es la Subsecretaría de Educación Tecnológica, que conozca lo que es el sistema tecnológico nosotros le ofreceremos mayor información. La gente requiere de nuevas alternativas educacionales y nosotros le ofrecemos una que vale muchas: el Sistema Nacional de Educación Tecnológica en México".

¿Educación o prestigio?

Juan Ramón Zabalegui

"La educación que imparta el Estado —Federación, Estados, Municipios— tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la patria y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia.." (Artículo 3º Constitucional).

"Colegios privados, caros y con sistemas culturales ajenos a México": *El Nacional*, 12 de marzo 1985.

Volver de vacaciones con el presupuesto agotado. Saber que los niños van a regresar a la escuela con entusiasmo e ilusiones. Pensar en el pago de las inscripciones y la primera colegiatura, inseguros ante lo difícil que será para la economía familiar lo restante del mes. Estos son algunos de los problemas a los que se enfrentan muchos padres de familia con el regreso a clases de sus hijos.

Pero ¿por qué pagar la educación de los niños en escuelas privadas, si el gobierno la imparte gratuitamente?, ¿es mejor en las escuelas particulares?, ¿por qué es tan costosa en este tipo de instituciones? en fin ¿qué es lo que venden las escuelas privadas?

En entrevistas realizadas a varias madres de familia, éstas opinaron lo siguiente: La Sra. Rebeca de González: "Uno paga más pero puede exigir, la misma escuela les presta más atención a los hijos, precisamente porque estamos pagando". Por su parte la Sra. Leonor de Medina dice que "en las escuelas particulares el roce de los niños es diferente, no como en las escuelas públicas donde hay niños de todos lados."

Olac Fuentes Molinar, profesor titular del Centro de Investigación y Estudios Avanzados, del Departamento de Investigaciones Educativas del IPN, dijo a este reportero: "En muchos casos, los padres creen que compran un boleto de ascenso social al inscribir a sus hijos en colegios particulares. Sin embargo, lo único que adquieren casi siempre son pretensiones y la necesidad de consumir lo que se vende para la "gente bien".

"Más escuelas para fundar elitismos": *Uno más Uno* 19 de junio de 1985.

Ante la masificación de la enseñanza —dice el autor de *Educación y política en México*— hay sectores sociales que buscan distinguirse mediante las escuelas privadas. Conseguir esta "distinción" cuesta a muchas familias enormes sacrificios.

Sin embargo, para la misma clase social existen diferentes tipos de educación. Tenemos que para los hijos de empresarios y altos funcionarios hay escuelas, que cuentan con mucho prestigio debido a su buena calidad. En muchas de estas instituciones se da gran importancia a idiomas extranjeros —lo cual está muy bien, el problema surge cuando se resaltan aspectos de otras culturas haciendo a un lado o despreciando los valores nacionales.

Hay otro tipo de escuelas, con sistemas educativos enfocados a los estratos medios de la sociedad, que funcionan como mercado de prestigio únicamente. La calidad en la enseñanza de estos planteles no es mejor que la que se imparte en instituciones públicas; simplemente ofrecen "distinción" o cuando menos esperanzas de ésta. En muchos casos, el nivel del profesorado y de las instituciones es muy deficiente.

Como dice María Eugenia Torres alumna de una escuela privada: "Los papás creen que los colegios particulares son muy buenos, y con inscribirnos en uno ya nos resolvieron el problema, pero nosotros estamos adentro y nos damos cuenta de la realidad, que no es como te dicen los maestros cuando acabas de entrar.

Es igual que en las escuelas de gobierno, claro, los maestros faltan menos pero, la enseñanza es

igual y además tienes que pagar cuotas muy altas".

"Si no pagas, dice Elizabeth Reyes, estudiante de enfermería, no puedes entrar a clase o si entras te van a sacar del salón, así me pasó a mí, y no me quisieron esperar un día".

"Sólo para hijos de millonarios será la enseñanza en los colegios particulares": *El Día*, 26 enero 1986.

También existen colegios para familias que pueden pagar —continúa Olac Fuentes, coautor de la investigación sobre *La Ideología Educativa del Estado mexicano*— además de la colegiatura, materiales didácticos caros, textos complementarios a los que ofrece el Estado (que son muy buenos) que sólo son una mala imitación de valores culturales ajenos, principalmente de los Estados Unidos. En estos planteles se imita un sistema educacional con problemas muy serios. (Hay estudios realizados en ese país que demuestran que un número muy alto de adultos escolarizados no saben leer).

"De primero a tercer año (de primaria), sólo son necesarios 4 cuadernos de 100 hojas"; *El Nacional* 31 de agosto 1985.

Los útiles escolares son muy importantes para la realización eficaz de la educación, sin embargo, deben ser vistos como indispensables sólo aquellos que procuran en el educando un auténtico desarrollo y no los que forman parte de un "estatus", pues para muchos padres de familia es un gasto que lesiona su economía.

Las listas oficiales, tienen como objetivo establecer un criterio para racionalizar el número de útiles escolares que en ciertos planteles toma proporciones exageradas; por ejemplo en el caso de los cuadernos, se establece como necesario el uso de 4 de cien hojas blancas para los primeros tres años y sólo aumenta en cuarto, quinto y sexto, a cinco cuadernos.

Al referirse a los materiales y "auxiliares didácticos", el Ing.

Alfredo Villar Jiménez, presidente de la Asociación Nacional de Escuelas particulares, dijo a la **Revista del Consumidor** que los materiales extras que se piden en los colegios particulares, enriquecen la educación; asegura que "la instrucción en este tipo de planteles es mejor que en los públicos, pues como los padres pagan, así también exigen".

Agrega que "no existe ninguna diferencia entre el funcionamiento de una escuela particular y una empresa, y con profunda pena dice: "es una lástima que los directores de las escuelas particulares no tengan la mentalidad de empresarios, las escuelas son un negocio..."

"Incrementaremos las colegiaturas entre 65 y 70 por ciento: Alfredo Villar Jiménez. *El Día* 26 de enero 1986.

"...con los uniformes —dijo Villar Jiménez— se guarda el prestigio de la escuela, pues aunada a la buena educación hay que atender también a las exigencias sociales..."

Por su lado, la estudiante Elizabeth Reyes apunta: En otras escuelas se pide que los uniformes se compren en la misma institución o se nos manda a determinada dirección para adquirirlos. Previo pago, aquí los compramos en la escuela".

"Y cuando no son los uniformes —asegura su compañera Norma Hernández— son los materiales de trabajo, de los que nos piden mucho y no sabemos que hacen con ellos, porque nosotros nunca los usamos. Además cada año es lo mismo".

"La educación es un producto como cualquier otro, si se es congruente con la economía: inscribir a los hijos en una escuela cara, es un gasto superfluo, que muchas familias no pueden pagar. La educación en México es elitista".

Según los datos obtenidos del anexo correspondiente a Educación, del Informe de Gobierno 1983-84, la participación de los colegios privados en la educación nacional es en la etapa preescolar del 7 por ciento, en primaria del 5 por ciento y en secundaria del 11.2 por ciento es decir, que en esta proporción los estudiantes de los niveles están en manos de los "empresarios de la educación".

"Cancelaron sus denuncias contra escuelas privadas el 100 por ciento de quejosos, en 1984-85": *El Nacional*, 16 de enero 1986.

La Asociación Mexicana para la Defensa del Consumidor asegura que todas las denuncias presentadas por los padres de familia en contra de las escuelas privadas, fueron canceladas durante el ciclo escolar 1984-85.

Esto se debe según la Asociación, a que no quieren represalias en contra de sus hijos. La Procuraduría Federal del Consumidor afirma que existe en dichos planteles una consigna para que cuando alguien se queje ante las autoridades, los pequeños no sean admitidos en otras escuelas. Datos proporcionados por ese organismo aseguran que la mayoría de las denuncias que se presentan son debidas a las altas colegiaturas y los constantes aumentos de éstas.

Los únicos que pueden hacer algo en contra de los abusos, son los mismos padres de familia. El licenciado Eduardo Gaja, Director de Incorporación de la SEP, dijo que no es posible revisar que cada plantel cumpla con los acuerdos que se hacen entre los padres de familia y las escuelas. Por lo tanto, son los primeros quienes se deben unir en asociaciones, para protejerse y hacer que estos acuerdos se cumplan.

Es necesario que los padres de familia denuncien sin temor todo tipo de abusos, así los planteles recibirán su respectiva sanción. Cuando llegue el tiempo de las inscripciones, piense qué es lo que usted quiere para sus hijos: ¿Educación o prestigio?

La Subsecretaría de Planeación Educativa de la SEP, expidió el 28 de agosto de 1978 la siguiente circular en la que se dan una serie de disposiciones para proteger a las familias de los abusos:

"Es deseable implantar un sistema administrativo dentro del proceso de autorización a los particulares para el funcionamiento de planteles educativos. Tomando en consideración que dentro del mencionado proceso se incluyen documentos con cláusulas relativas a la obligación de los particulares de sujetar a la aprobación de esta Secretaría cualquier modificación relacionada con las cuotas escolares, y que es necesario aclarar este concepto en atención a que en ocasiones las escuelas exigen pagos imprevistos por conceptos que no se relacionan directamente con la formación académica del educando, situación que desequilibra la economía familiar, ruego a usted se adopten las siguientes indicaciones:

I. Como parte del trámite de autorización para el funcionamiento de un plantel, en el documento respectivo se incluirán las siguientes cláusulas:

1. El Plantel se obliga a sujetar a la aprobación previa de la Secretaría cualquier modificación relacionada con su denominación, domicilio, turno de trabajo, organización del alumnado y personal directivo, docente y técnico, así como de las cuotas y cooperaciones extraordinarias.

2. El plantel se obliga a convenir con los padres de familia, asociaciones o grupos que los representen, las cuotas y sus lapsos de vigencia, cuando menos treinta días antes de iniciarse el periodo de inscripciones y reinscripciones.

3. Las cuotas se darán a conocer en todos los casos dentro de las formas de incripción, y no podrán modificarse antes de que expiren los lapsos de vigencia que se hayan determinado para ellas.

4. El plantel se obliga a no modificar las cuotas dentro de un mismo periodo escolar.

5. Cuando se soliciten cooperaciones extraordinarias o pagos por cualquier otro concepto se observarán las siguientes normas.

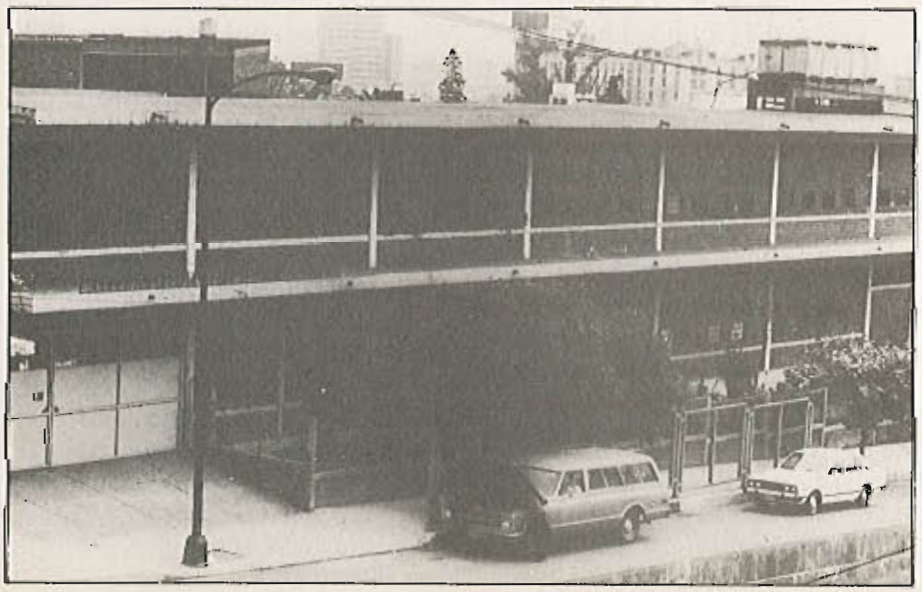
a) Se someterán previamente a la consideración de los padres de familia o de las asociaciones o grupos que los representen.

b) Cada solicitud de cooperación extraordinaria expresará su destino y contendrá la mención de que es voluntaria.

c) Las aportaciones serán cobradas y ejereidas bajo la vigilancia de los padres de familia.

II. En la autorización o reconocimiento oficial, se anotarán el monto de las cuotas y su lapso de vigencia.

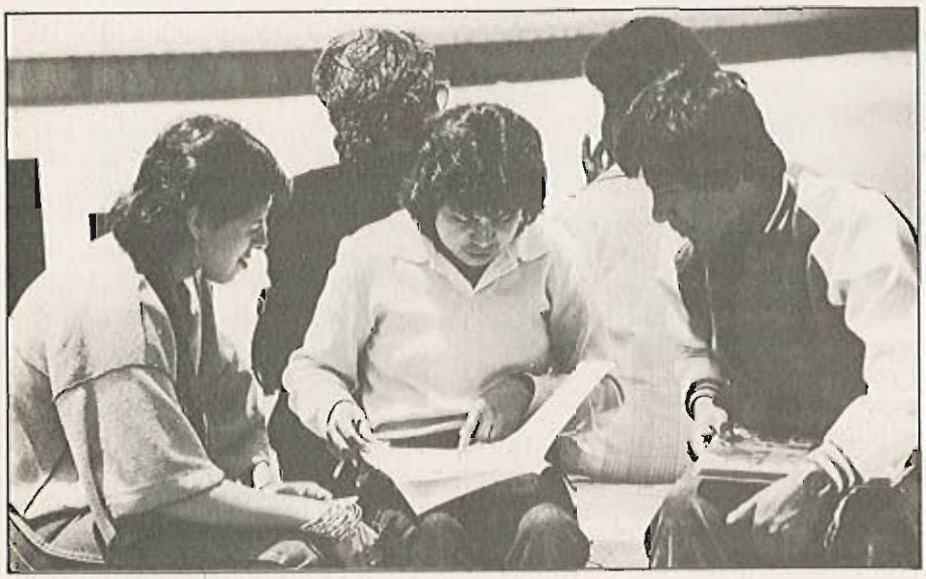
Firma Emilio Rosenblueth
Subsecretario de Planeación Educativa.



En la época de Porfirio Díaz, era más fácil encontrar a un aristócrata cursi que a uno preparado y más común era ver los largos sombreros de copa, al estilo francés, que los jorongos de lana en los salones donde se "difundía la cultura". En aquel entonces, se pensaba que la educación se daba imitando las costumbres europeas. Hoy en día, cuando nuestras manifestaciones artísticas y valores culturales son reconocidos, ¿no sería retroceder en la historia si tomáramos la misma actitud que la vieja aristocracia porfirista?

¿Cuál es su vocación?

Marta Sandra García Macías



Una carrera no debe escogerse al azar. Sea de nivel medio o superior, tecnológica o universitaria. Para elegirla deben tomarse en cuenta muchos aspectos, entre los que podemos mencionar: las habilidades de cada individuo, el mercado de trabajo, las escuelas del ramo, la duración de los cursos y el costo de los estudios. Aunque esto parece obvio, existe un alto porcentaje de alumnos que terminaron el bachillerato o la secundaria y aún consideran un gran dilema la elección de una carrera.

¿A qué se debe esta duda? La respuesta es sencilla: carecen de una adecuada orientación vocacional. Pero antes de continuar, primero tratemos de explicar, qué es la orientación vocacional.

Según las personas que se encargan de impartirla, la orientación vocacional consiste en proporcionar al individuo los elementos necesarios para que desarrollen sus potencialidades. Esta se logra a través de que el sujeto conozca con mayor claridad sus aptitudes e itnereses y los contraste con las opciones de formación y el mercado de trabajo. No se trata de decirle al joven lo que debe hacer, sino lo que puede hacer; procurando motivarlo para que enriquezca su capacidad social, biológica, psicológica e intelectual.

Otro de los aspectos que atañen a esta materia es la integración del alumno a su escuela, para que conozca a su grupo, para que se sienta parte de él y aprenda a convivir.

Pero ¿Hasta qué punto se realizan los programas de orientación vocacional? ¿Cómo se imparte ésta en las escuelas secundarias y en las escuelas de nivel bachillerato?

En lo que se refiere a las secundarias, encontramos que todas tienen un departamento de orientación vocacional, encargado de impartir la materia a los alumnos de tercer año "a aquellos que van a salir y necesitan elegir carrera". Para ello, el departamento funciona como un divulgador de folletos y propaganda que promueve a las diferentes escuelas que existen a nivel bachillerato, aunque, en ciertas ocasiones se apoya en pláticas que imparten especialistas o profesores de dichas escuelas. Estos apoyos sólo se hacen efectivos "una semana antes de salir de clases", según afirman alumnos de diferentes planteles.

Por esta razón, algunos directores consideran que la orientación vocacional es deficiente:

Muchas veces las personas que llegan a impartir las pláticas tienen un lenguaje tan elevado que los alumnos no logran comprender" afirma el Ing. Dávila, Subdirector de la Escuela Secundaria Técnica No. 14.

"Antes estaba considerada una hora diaria de orientación vocacional a los jóvenes de tercer año, pero esto ha desaparecido. Ahora se tiene que dar sólo en las horas de servicio, esto es, cuando falta algún maestro" nos dice la directora de la secundaria diurna 131.

Por otra parte, el Subdirector de la secundaria 185 nos dice: "la Secretaría de Educación Pública sólo permite la información de escuelas federales, no permite la propaganda de escuelas o universidades de paga, lo que consideramos correcto porque pensamos que esas escuelas sólo tratan de lucrar con nuestros alumnos".

Las escuelas de nivel bachillerato, enfrentan problemas similares en cuanto a orientación vocacional de los alumnos. Al igual que las secundarias, en estas escuelas funciona un departamento de orientación vocacional, que en algunos planteles le llaman Departamento de Servicios Escolares o Departamento de Psicopedagogía.

El nivel medio superior (bachillerato, preparatoria o CCH) es donde supuestamente los alumnos ya tienen noción de lo que van a estudiar, según lo revelan los exámenes que se les aplican antes de entrar o recién aceptados en estas escuelas.

No obstante, instituciones como el Colegio de Bachilleres ofrecen orientación a los alumnos como parte de un programa lla-

mado **orientación vocacional** que consiste en dos cursos: uno obligatorio que se lleva durante el primer semestre y que se llama **Cómo elegir**, nos informa el Lic. Enrique Murse García, Director del Colegio No. 9.

"En estos cursos el alumno resuelve cuestionarios impresos en unos cuadernillos de trabajo, por sus respuestas, los orientadores, conocen sus gustos, inquietudes y aspiraciones. A los orientadores se les puede consultar en otras horas, visitándolos en sus cubículos, en el departamento de orientación —aclara el director de bachilleres—."

"Además, continúa el Lic. Murse García, se invita a otras instituciones para que vengan a dar pláticas sobre las diferentes carreras que ofrecen: por ejemplo viene personal de la UNAM, del Politécnico, o de la UAM, y también de algunas escuelas privadas como es el caso de la Universidad Femenina".

Sin embargo, el Director del Colegio No. 9, al igual que otros directores están conscientes de que la orientación vocacional no consiste sólo en dar información sobre las carreras que existen, sino trabajar también con los padres de familia y los alumnos, para hacerles ver cuales son los problemas, cuáles sus posibilidades, porque no se trata nada más de escoger una carrera sino tomar en cuenta los problemas económicos y sociales que ésto implica y de qué sirve —nos dice— escoger una carrera larga, si no se tienen los recursos económicos necesarios y al final va a quedar truncada —y continúa— no sólo bastan sus posibilidades o gustos personales, porque aquí mismo se les aplican exámenes antes de mandarlos a la capacitación respectiva, y se les dice cuales son sus aptitudes, aunque, no se les da como obligación, porque se puede dar el caso de que al final decidan estudiar una carrera diferente a la que se les dice".

Los alumnos opinan:

Pero, mientras los directores tienen su plan de orientación vocacional los alumnos tienen distintas opiniones sobre el problema y aunque afirman que sí han llevado esta "materia", no les ha sido de gran utilidad porque les resulta insuficiente la información que les proporcionan.

Los jóvenes de secundaria no conocen las escuelas técnicas a excepción de CONALEP, y todos desean inscribirse en la preparatoria o en la vocacional dejando el C.C.H. como última vía para ingresar a la Universidad.

Las razones para que los colegiales de secundaria quieran ingresar a instituciones de nivel bachillerato son variadas, las hay desde quienes van porque tienen hermanos allí, porque no conocen otras escuelas, porque desean hacer una carrera larga y "ésta es la única opción", hasta los jóvenes que no conocen estas escuelas pero piensan que "es lo que sigue de estudiar" y de carreras cortas no se habla "porque en este tiempo hay que estar bien preparados para defendernos en la vida" nos dice Susana, estudiante de la secundaria 181.

Al no tener suficiente información sobre las carreras existentes, los alumnos salen de la escuela con grandes dudas, problema que se agudiza más en el último año del bachillerato, cuando ya deben elegir una carrera.

Los alumnos de nivel medio superior coinciden al decir que: además de no tener un panorama amplio de las carreras existentes y los lugares donde se cursan, tiene que enfrentar otros problemas como es la selección de materias optativas pues "se dividen por áreas y muchas veces están muy saturadas que: o pierdes un semestre, o la tomas en otro plantel o definitivamente la cambias "como me pasó a mí —dice Yolanda, estudiante del Colegio de Bachilleres— entonces, yo me pregunto ¿dónde está la elección de tu vocación?

Un estudiante del Colegio de Ciencias y Humanidades comenta al respecto: "Nosotros tenemos tantas materias optativas que es difícil elegir porque no sabes ni de lo que se trata, y tú escoges según crees, al final te das cuenta que hay varias opciones para la misma carrera o definitivamente compruebas que te equivocaste y 'pos' ya ni modo".

Por otra parte, los muchachos estuvieron de acuerdo en que la orientación vocacional, no sólo deberían proporcionarla en el último semestre ni tampoco deben ser pláticas sobre lo que son las carreras, sino que se les debería dar información de lo que implica estudiar una carrera, las perspecti-

vas de trabajo, y lo desagradable que puede encontrar en dicha carrera, o en determinda escuela, porque, como dice Leonora, estudiante de CCH, "en la escuela y los folletos todo te lo pintan color de rosa, y cuando sales..."

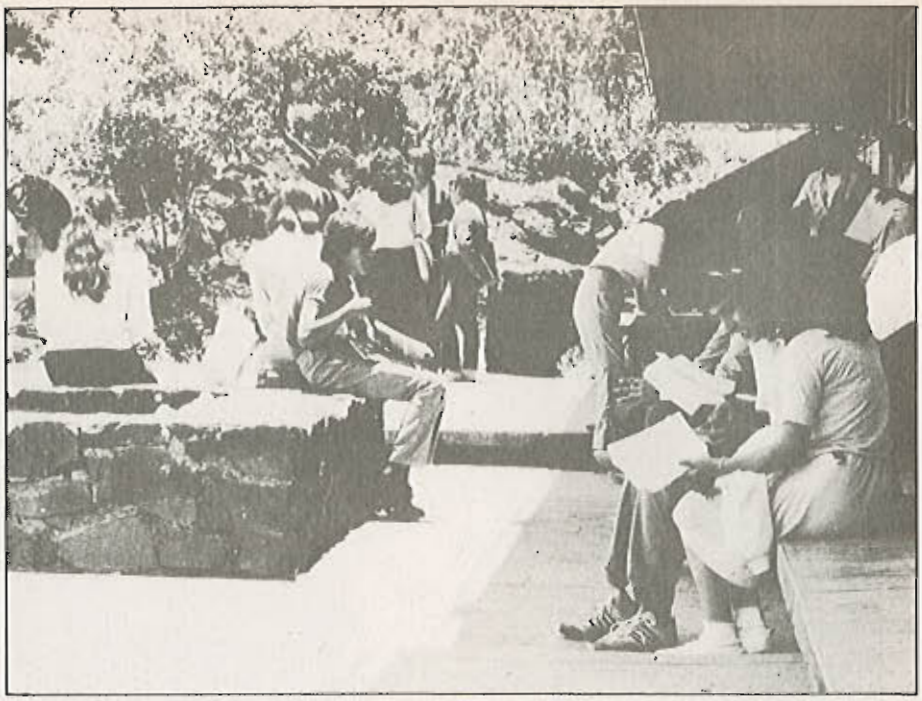
Hablan los orientadores...

Y a todo esto... ¿qué dicen los orientadores?

No, definitivamente la orientación vocacional a nivel bachillerato y secundaria no es buena —afirma la Lic. Irma Guadalupe Gutiérrez, Jefa del Departamento de Orientación Educativa del Centro de Estudios Tecnológicos y de Servicios No. 1, quien agrega— "Está mal sobre todo a nivel secundaria, ya que al orientador vocacional se le toma como relleno, como un prefecto, como un maestro que tiene que cubrir a otro maestro que faltó en alguna materia, y allí entra, y no tiene una hora específica para dar la orientación, si la tiene, pues nada más la tendrá esporádicamente, no la tiene de planta.

En cuanto a bachilleres, siento que es lo mismo, desgraciadamente no se le ha sabido dar el enfoque a orientación educativa y el alumno nada más la toma como una materia de relleno, para él, la orientación educativa no sirve, pero esto se explica por el hecho de que nosotros únicamente tenemos una hora a la semana para estar con el alumno y no es lo mismo que se tengan cinco horas, como matemáticas, o cuatro de lectura y redacción a una hora de orientación vocacional y educativa".

¿Tendrá que ver en esto, la preparación de los orientadores? ¿Cuáles son los objetivos del orientador? A este respecto la licenciada Gutiérrez dice: "Ante todo, un orientador debe lograr el desarrollo de las aptitudes del alumno, efectivas, psicológicas, familiares y hasta cierto punto intelectuales. Ante todo lo que el orientador debe pretender es ser más que un maestro, un amigo para el alumno para que el alumno tenga la confianza de acercarse a él".



"Un orientador es la persona que en determinado momento va a ser un guía para los alumnos, en cuanto a estudio, relaciones sociales, en todas las esferas, afectivas, sicológicas.

"Y lo más importante —continúa la licenciada Gutiérrez— la orientación vocacional no se debe dar sólo a nivel bachillerato o secundaria, sino que se debe impartir desde la primaria porque incluso hay niños que desde la preescolar ya son muy despiertos y tienen aptitudes y gustos por alguna carrera. Otros niños en primaria ya están pensando que van a ser y cómo van a hacerlo o al contrario, hay muchos que llegan a secundaria y no saben que hacer y como dicen los alumnos, no basta orientarlos una semana antes de finalizar las clases. Informarles, sino de manera profunda si suficiente sobre las carreras que existen, las perspectivas, no sé... lo que les sirva y sobre todo a qué escuelas pueden acudir, no limitarnos, únicamente a la Universidad y al Politécnico.

"Además —añade—, yo sugeriría que se reestructuraran los planes y programas de estudio, porque no coincide lo que enseñamos con los gustos de los alumnos. Se deben considerar las necesidades del alumno para cubrir el programa y se verán resultados". Concluyó.

Pero no toda la responsabilidad es de los orientadores o los maestros, afirma la licenciada Murce García, "la esfera familiar tiene un gran peso en la elección de carreras. Usted ya pensó ¿cómo ayuda u obstaculiza a sus hijos?...

A pesar del enorme crecimiento de las opciones de formación profesional, que se ofrecen a los jóvenes en la actualidad, no se ha dado un mejoramiento de las actividades de orientación vocacional, lo anterior trae consigo más problemas de indecisión entre los estudiantes. Esta situación ya se presentaba para los egresados de secundaria y preparatoria 30 años atrás. La sociedad mexicana, no ha evolucionado en sus sistemas de orientación vocacional, provocándose cada día mayor desconcierto en los jóvenes, por lo que superar esta situación ha adquirido en la actualidad carácter de urgente.

Los buenos hábitos

José Eduardo Aguilar Magaña

Los hábitos alimentarios, como otros aspectos del comportamiento humano, son el resultado de las influencias psicológicas, sociales y culturales, que recibe el individuo de su medio ambiente. Estas influencias en el caso de la alimentación, pueden actuar de manera favorable o negativa sobre las condiciones nutricionales de las personas.

Por ejemplo, los niños que son desatendidos por sus padres generalmente incurren en prácticas alimentarias equivocadas ya que comen productos de escaso valor nutritivo.

Entre los hábitos alimentarios que se han adoptado en años recientes —fundamentalmente por las personas de nivel económico medio de las zonas urbanas—, se cuenta el excesivo consumo de productos de origen animal, que de alguna manera han venido a desplazar a los tradicionales platillos preparados a base de cereales y leguminosas, con que se alimentó el pueblo mexicano desde sus primeras épocas. Contrariamente a lo que pudiera pensarse, este hecho lejos de mejorar la dieta la ha convertido en dañina para la salud.

Como en muchas otras culturas, en México la dieta se basó, —desde tiempos precolombinos— en la ingestión de cereales y leguminosas, frutas y verduras, complementada con pequeñas cantidades de alimentos de origen animal. Esta acertada combinación pone de manifiesto la sabiduría ancestral de nuestro pueblo.

La combinación de cereales con leguminosas además de ser una adecuada fórmula alimenticia, la enriquece: las escasas proteínas de los cereales se completan con el mayor número de contenido en las, leguminosas, dando lugar a proteínas mixtas de mejor calidad y, comparativamente a menor costo. Una muestra destacada de cómo puede enriquecerse la comida es la combinación de maíz (cereal) con frijol (leguminosa).

Sin embargo, la influencia cultural y económica de países desarrollados, las ideas erróneas y falta de conocimiento sobre las propie-

dades nutritivas de muchos alimentos, y la sobrevalorización de las proteínas de origen animal, han venido a romper ese acertado equilibrio.

El consumidor, cada vez en mayor medida, está sometido a diversas presiones para que consuma alimentos industrializados; para que adquiera, inducido por, costosas campañas publicitarias, atractivos envases y envolturas, "apetitosos" platillos, dejando en un segundo plano su valor nutritivo, en detrimento de la salud y economía del consumidor. Así los grandes consorcios procesadores de alimentos se enriquecen a costa de la salud humana, fomentando el consumo de azúcar blanca, harinas refinadas, productos con alto contenido de grasas, granos desvitalizados, refrescos, dulces, etcétera.

Además de la escasa aportación de nutrientes, este tipo de alimentos ocasiona al organismo una enorme ingesta de toxinas y un gran esfuerzo del aparato digestivo, que se traduce en malestares que van desde el estreñimiento, acidez estomacal y caries dentales hasta gastritis, úlceras, obesidad, aterosclerosis, y otros padecimientos.

Hay que recordar que muchos de los alimentos industrializados no contienen fibra, que es un componente muy importante de los alimentos naturales y que tiene la cualidad de estimular el buen funcionamiento intestinal y evitar el estreñimiento. También está muy generalizado el consumo excesivo de sal, sazonadores, azúcar, café y té, hábitos que no deben ser dejados bruscamente sino en forma gradual, ya que el organismo se ha acostumbrado a ellos, produciendo un equilibrio artificial.

Sería recomendable llegar a eliminar por completo de nuestra dieta la sal que destruye las enzimas y la flora intestinal, retiene un exceso de agua en el cuerpo y fija

la grasa y el azúcar refinada o blanca (que sólo engorda y ocasiona caries). Tengamos presente que los alimentos naturales contienen estos dos ingredientes en cantidades suficientes.

Respecto a los dulces, es importante evitar consumir golosinas entre comidas, ya que esto desencadena la producción del jugo gástrico en cantidad suficiente como

para digerir una comida completa, dañándose, con el tiempo, la mucosa estomacal. Es falso que determinados tipos de gomas de mascar sean recomendados por los dentistas. El mascar chicle tiene sus consecuencias: provoca un exceso en la producción de saliva y de jugo gástrico, lo que puede ocasionar trastornos como el aumento del aire intestinal y la gastritis.

Para el adulto, basta con que realice tres comidas al día. "El desayuno debe ser suficiente porque aporta la energía necesaria para las actividades matutinas; al mediodía, la comida debe ser la más sustanciosa y abundante, y la cena la más ligera.

Es importante insistir acerca de la necesidad de revisar los patrones actuales de nutrición y volver a muchas de las sabias y antiguas costumbres. Sabemos que cambiar los hábitos alimentarios no es cosa fácil de lograr en una sociedad en la que a menudo se considera al individuo como parte de un mercado, e incesantemente se le bombardea con todo tipo de mensajes, que lo hacen presa fácil de la "necesidad creada" de aceptar lo que se le presenta.

Indice Nacional de Precios al Consumidor

En años recientes nuestra economía se ha caracterizado por un aumento sostenido en los precios de bienes y servicios; este fenómeno conocido como inflación, es medido por el Banco de México mensualmente, a través del Indice Nacional de Precios al Consumidor.

De acuerdo a este Indice, los precios en el mes de junio crecieron 6.4% en relación al mes anterior. Al considerar las variaciones mensuales en el primer semestre de 1986, la inflación acumulada de enero a junio fue de 40.6%. Estas cifras comparadas con lo ocurrido en el mismo periodo de 1985, muestran que en el mes de junio de este año el Indice de Precios creció 2.5% y la inflación acumulada fue del 25.7%, es decir 14.9 puntos porcentuales por abajo de la registrada en los que va del presente año.

Indice Nacional de Precios al Consumidor
Indice General 1986

Mes	Variación con respecto al mes anterior %	Acumulado con respecto a diciembre de 1985 %
Enero	8.8	8.8
Febrero	4.4	13.7
Marzo	4.6	19.0
Abril	5.2	25.0
Mayo	5.6	32.1
Junio	6.4	40.6

FUENTE: Indice de Precios del Banco de México, S.A.

Los rubros que más crecieron en el mes de junio fueron los de salud y cuidado personal con 9.2%; alimentos, bebidas y tabacos 7.5%; muebles y enseres domésticos 7.0%. Los que más han crecido en el año son de alimentos, bebidas y tabaco, con una variación acumulada del 47.9%, que significan 7.3 puntos porcentuales por arriba del Indice General; salud y cuidado personal 43.8%; muebles y enseres domésticos 40.6%. El rubro que ha mostrado el menor crecimiento en este periodo es el de transporte con 26.2%.

Indice Nacional de Precios al Consumidor
1986
(incremento porcentual con respecto al mes anterior)

Rubro	Ene	Feb	Mzo	Abr	May	Jun	Acumulado
INDICE GENERAL	8.8	4.4	4.6	5.2	5.6	6.4	40.6
Alimentos, bebidas y tabaco	10.7	3.0	4.9	6.7	7.8	7.5	47.9
Muebles y enseres domésticos	4.0	7.2	7.1	5.2	5.9	7.0	40.6
Ropa y calzado	3.1	5.7	5.6	5.2	6.2	4.4	34.1
Vivienda	10.2	5.5	4.7	3.9	3.3	5.0	38.9
Salud y cuidado personal	8.1	5.2	4.3	5.7	5.0	9.2	43.8
Educación y esparcimiento	8.3	4.1	6.1	2.1	4.8	6.5	40.2
Transporte	7.7	5.3	2.2	5.0	2.4	4.2	26.2
OTROS	12.7	4.0	4.2	4.6	4.2	7.1	42.7

FUENTE: Indice de Precios del Banco de México, S.A.

Los índices de precios al consumidor por estrato de ingreso registraron aumentos mayores tanto en el mes de junio, como acumulados desde diciembre de 1985, en los niveles de salarios mínimos y de uno a tres salarios mínimos como se puede observar en el cuadro siguiente:

Indice Nacional de Precios al Consumidor por estrato de ingreso

Indice	Variación mayo %	Mensual junio %	Acumulado respecto a diciembre 85 %
INDICE GENERAL	5.6	6.4	40.6
Indice de precios para:			
a) Un salario mínimo	6.7	7.4	47.4
b) Uno a tres salarios mínimos	6.3	6.6	42.9
c) Tres salarios mínimos	5.0	6.2	38.6

FUENTE: Indice de Precios del Banco de México, S.A.

Cambios en los precios oficiales.

A partir del 20 de junio se registraron cambios importantes en los precios oficiales, iniciándose la liberación de un gran número de productos que se encontraban sujetos a control oficial. La lista de artículos liberados, dada a conocer por la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial, comprende:

Productos enlatados: a) En todas sus presentaciones, como garbanzos, mango en rebanadas, peras en mitades, guayabas enteras, manzana en rebanadas, chícharos, duraznos y piña rebanada. b) En presentaciones mayores de un kilogramo, chiles serranos, jalapeños, rajas verdes y puré de tomate.

Papeles: higiénicos, servilletas, faciales y otros de uso doméstico; papel para escritura, impresión y especiales; cuadernos (exceptuando línea media y popular).

Pilas y baterías: pilas y baterías zinc-carbón, alcalinas (excepto Aguila Negra s/azul, Ray-O-Vac 2LP amarilla y Eveready 850 amarilla).

Otros: avena, café soluble, pasta dental, café tostado en sus calidades de fino y extrafino, entre otros.

Estos productos quedan sujetos a registro condicionado, el cual establece que los productores deberán registrar dentro de un periodo máximo establecido, las modificaciones en los precios de sus productos, los cuales deberán respetar hasta que se notifique un nuevo aumento; en los casos en que no sean respetados por los productores, serán nuevamente sometidos al régimen del control oficial.

Entre los productos que modificaron su precio oficial durante el mes de junio se encuentran los siguientes:

Cambios en los precios oficiales de productos seleccionados en el mes de junio*

Producto	Unidad de medida	Precio anterior (pesos)	Fecha de fijación	Precio actual (pesos)	Fecha de cambio	Incremento %
Leche Clavel vitaminada	410 grs.	158	17-I-86	201	5-VI-86	27.2
Leche Nestlé	397 grs.	245	17-I-86	320	5-VI-86	30.6
Huevo	kg.	340	31-I-86	460	12-VI-86	35.3
Arroz tipo Sinaloa	kg.	210	1-IV-86	253	18-VI-86	20.5
Café Legal	250 grs.	399	5-III-86	23	1-VII-86	6.0
Harina de maíz	kg.	138	18-II-86	144	18-VI-86	4.3
Jabón Zote	400 grs.	159	13-I-86	188	2-VI-86	18.2
Carnes de res:						
Pulpa	kg.	1400	abril 86	1500	13-VI-86	7.1
Retazo	kg.	720	abril 86	780	13-VI-86	8.3
Pan Bimbo		189	13-V-86	256	27-VI-86	35.4
Gas LP.	kg.	60	1-VI-86	65	1-VII-86	8.3

* Precios vigentes para el Distrito Federal y Area Metropolitana.
FUENTE: Elaboración del INCO con base en datos proporcionados por la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial.

Dentro de los productos seleccionados destacan por sus incrementos de precios la leche Clavel (27.2%), leche Nestlé (30.6%), huevo (35.3%) y pan Bimbo (35.4%).

Aumento en el precio del transporte colectivo en el D.F.

En días pasados la Comisión de Precios y Tarifas del Sector Público autorizó que a partir del 1o. de agosto de 1986 entrará en vigor la nueva tarifa única para el metro, trolebuses, Ruta 100 y el tren ligero, que es de 20 en el Distrito Federal.

Para aquellos que utilizan varias veces al día estos medios, el Departamento del Distrito Federal ha creado el sistema de abono de transporte, cuyo precio autorizado es de 700 pesos, mismo que pondrá a la venta a partir del 21 de julio, y tendrá una validez de 15 días.

Este sistema permitirá un ahorro significativo a las personas y familias que utilizan más de 3 veces al día cualquiera de ellos el gasto sería de 900 pesos a la quincena.

La cuota de 3 pesos para autobuses se mantuvo invariable durante 14 años, la de trolebuses por 15 y la del metro por 18 años; al ser aumentadas a 20 pesos continúan siendo accesibles y baratos en comparación con el resto del país.

Por ejemplo: en Cihuahua, el autobús cuesta 60 pesos, en Guanajuato 50 pesos, en Nuevo León 60 pesos y en Tamaulipas 50 pesos. Es decir, pese al aumento registrado el autotransporte público urbano en el Distrito Federal sigue siendo el más económico en el país.

Evolución de los precios de productos electrodomésticos de febrero a julio de 1986

De acuerdo a las cotizaciones de productos electrodomésticos, recopiladas por el Instituto, en 15 establecimientos del Distrito Federal, se analizó el comportamiento de los precios de 8 productos seleccionados por ser los más comunes en los hogares mexicanos. Para cada producto se seleccionó a su vez la marca y modelo más común.

El paquete, que contiene: refrigerador, estufa, lavadora, televisión de color, equipo de sonido, plancha, licuadora y olla de presión, registró un precio promedio en la primera semana del mes de febrero de $622,752.00; para la primera de julio, el mismo paquete tuvo un precio de $864,236.00, registrándose un incremento del 39.6 por ciento.

El artículo que tuvo mayor incremento en el periodo, fue la licuadora, con el 58.4%, siguiéndole en importancia el refrigerador con 45.5% y la lavadora 44.0%. Los que observaron una menor variación fueron la plancha con 25.2% y el equipo de sonido 31.7%.

De los incrementos en el costo total del paquete, de febrero a julio, destacan los ocurridos de febrero a marzo (16.7%) y de mayo a junio (9.4%), situación que contrasta con la registrada de junio a julio que presentó una variación de sólo 0.6%.

Si un obrero o empleado con ingresos iguales al salario mínimo vigente en el Distrito Federal, quisiera adquirir cualquiera de estos 8 productos tendría que destinar, en el caso del televisor a color, el equivalente a 128.3 veces su salario íntegro, es decir, poco más de 4 meses de trabajo; un refrigerador 84 salarios; una estufa un mes de salario; una lavadora 2 meses y 8 días de salario. El más barato de estos productos (plancha) significa 2.7 días de salario.

Costo de productos electrodomésticos en relación al salario mínimo (núm. de veces)

Al comparar el esfuerzo que requería obtener alguno de estos productos en el mes de julio respecto a febrero para un trabajador con ingresos mínimos, resulta que el refrigerador se ha incrementado a la fecha 11.1 salarios; la estufa 2; la lavadora 8.9; el televisor a color 14.8; el equipo de sonido 4.8; la licuadora 1.5 y la olla de presión 0.4 salarios mínimos.

Producto	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul
Refrigerador	72.6	90.4	89.9	91.3	82.3	84.0
Estufa	27.8	32.5	30.8	32.2	29.2	29.8
Lavadora	59.1	69.3	71.4	78.8	68.0	68.0
T.V. color	113.5	134.8	142.1	151.5	128.3	128.3
Equipo de sonido	90.2	97.8	106.9	106.0	94.9	94.9
Plancha	2.7	2.6	2.9	3.0	2.7	2.7
Licuadora	5.4	6.1	6.4	8.4	6.8	6.9
Olla de presión	6.1	7.1	7.0	7.4	6.5	6.5

Se refiere únicamente a los 8 productos que se seleccionaron por ser los más comunes en los hogares mexicanos, así como las presentaciones y marcas más comunes.

FUENTE: Instituto Nacional de Consumidor, Departamento de Estudios Económicos. Cotización en 15 establecimientos del Distrito Federal, de productos electrodomésticos.

NOTA: Se calculó con base en el salario mínimo del Distrito Federal, que fue en los meses de febrero a mayo de $1,650.00 y para junio y julio de $2,065.00 diarios.

Si usted tiene programado adquirir algún artículo electrodoméstico, es importante recordar que el Instituto Nacional del Consumidor ha detectado diferencias significativas en los precios de un mismo producto de un establecimiento a otro, por ello le sugerimos que compare precios y consulte el servicio de información con que cuenta el Instituto tanto en el D.F., como en sus delegaciones de Chihuahua, Guanajuato, Guerrero, Hidalgo, Jalisco, Morelos, Nuevo León, Puebla, Sonora, Tamaulipas, Tlaxcala, Veracruz y Estado de México.

Cuidado con las agencias de colocaciones

Juan Ramón Zabalegui

Habían pasado muchas horas antes de que a Martín le avisaran que no lo ocuparían como jardinero sino como chofer. "La verdad es que tampoco era jardinero, eso lo dije por que necesitaba el trabajo. En la agencia me informaron que en una residencia del Pedregal estaban solicitando a una persona que cortara el pasto y barriera el jardín; pero de eso a chofer ¡no! la verdad es que nunca he manejado".

Martín Rodríguez, originario de Otumba, Estado de México, pagó 3 mil pesos a la agencia "María José" para que le consiguieran trabajo. Por su lado, Rebeca Rodríguez, habitante del Pedregal de San Angel, en la Ciudad de México, pagó 10 mil pesos a la misma agencia para que le contrataran un chofer. Ni el señor Márquez tiene empleo, ni la señora Rodríguez chofer.

Casos como este llenan innumerables expedientes en la Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO). Desde el nacimiento de la PROFECO se han registrado cientos de reclamaciones en contra de las agencias de colocación de personal, cuya importancia no estriba en su cantidad, sino en la repercusión económica y social que tiene en las personas de escasos recursos, principalmente en la población marginada.

Tras la promesa de conseguirles empleo de manera inmediata, las agencias les exigen un pago. A la señora Silvia González, después de cobrarle 5 mil pesos, la enviaron a una dirección equivocada, donde no necesitaban cocinera. Doña Silvia volvió a la agencia y le dijeron que ellos también habían sido timados y que no podían devolverle su dinero.

Luis Sánchez, licenciado en Administración de Empresas, acudió a una compañía (sin nombre) que solicitaba, a través de un anuncio en el periódico a un agente de ventas; al llegar al lugar de la supuesta empresa se encontró con "un cuartito de paredes despintadas, donde sólo había una mesa de lámina, un vaso con dos lápices mordidos y un teléfono que contestaba el mismo dueño". A Luis le informaron que para obtener el puesto tenía que vender antes diez enciclopedias cuyo precio debía ser cubierto primero por él.

Los motivos principales de reclamación ante la PROFECO, por parte de los que solicitan empleo son:

—Publicidad engañosa en los anuncios de diferentes medios, donde prometen puestos ejecutivos (supervisores, gerentes de ventas, etcétera) inexistentes o eventuales sin sueldo fijo.

—Cobro anticipado de cierta cantidad de dinero.

—Los aspirantes son enviados a domicilios que inventan o a compañías que laboran en horarios diferentes a los ofrecidos por la agencia.

También las personas o negocios que solicitan personal son víctimas de las agencias de colocación fraudulentas:

A la señora Juanita Zabala, quien solicitaba a una persona que le cuidara a sus niños, le mandaron una institutriz que debería mantener trato constante y permanente con los doce hijos que trajo al mundo. En realidad, Pilar (la niñera) lo único que sabía era cambiar pañales.

Al señor Pedro González le enviaron un mozo que, después de cinco días de labor, abandonó el trabajo y no volvió a saber más de él, perdiendo, por supuesto, lo pagado a la agencia.

Las causas de reclamo de los que solicitan personal son:

—Les mandan personas supuestamente seleccionadas y con una determinada calificación, pero durante el desempeño de su trabajo muestran una falta total de conocimientos y gran irresponsabilidad.

—Respecto a los trabajadores domésticos, permanecen un máximo de cinco días en su lugar de trabajo y luego lo abandona, regresándose a la agencia, que después se niegan a cubrir la ausencia. Esto, por la frecuencia con que se da, pareciera ser premeditado.

Las agencias de personal con conocimientos de nivel medio profesional cobran una comisión que va del 10 al 15 por ciento del sueldo que devengará el empleado durante un año, y ofrecen una garantía de tres meses para la reposición del trabajador.

Por su parte, las agencias de personal eventual cobran directamente el pago por los servicios del trabajador, encargándose a su vez, de cubrir los honorarios al empleado y, generalmente el cobro se hace por hora de trabajo.

Las agencias de colocación de empleo, dado su funcionamiento, ponen al personal al que "consiguen" ocupación (meseros, servidumbre, mozos, jardineros, carpinteros, etcétera) en una condición marcadamente desfavorable a sus intereses, ya que sufren un sin fin de irregularidades y violaciones a las leyes federales de Protección al Consumidor y del Trabajo.

El 40 por ciento de las agencias visitadas por inspectores de la PROFECO —de acuerdo con las actas levantadas— carecen de permisos, licencias o registros para operar y, según la Dirección de Comunicación Social de la Procuraduría, no están sujetas a ninguna ley específica que controle sus operaciones.

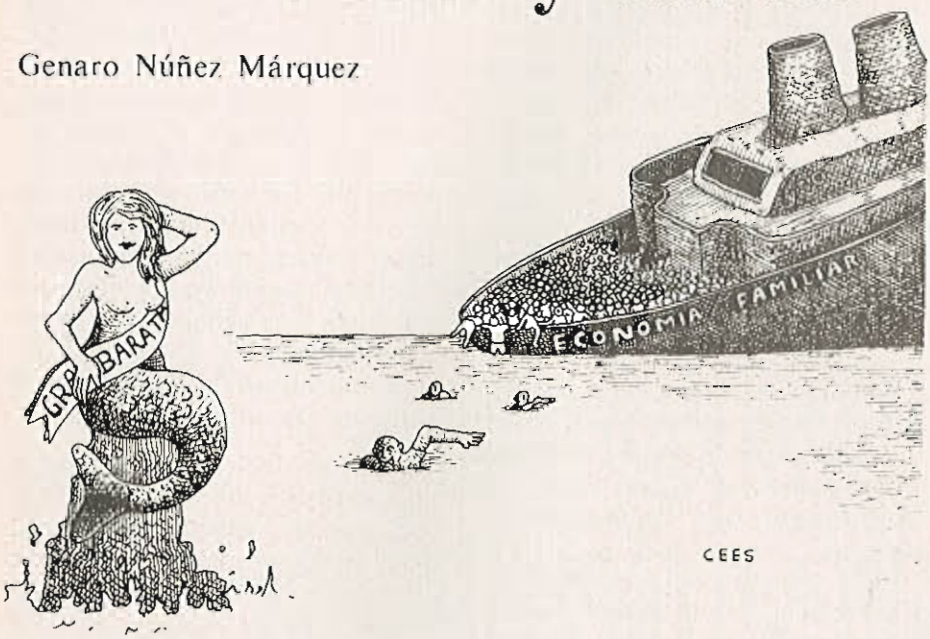
Antes de contratar los servicios de una agencia de colocación confirme que esté debidamente registrada y que el establecimiento tenga por lo menos tres años operando bajo las mismas condiciones que anuncia; exija que le muestren el expediente del personal que le enviarán y verifíquelo; llame a la PROFECO e infórmese si la agencia no ha sido denunciada.

Si usted busca empleo, no pague antes de comprobar que el trabajo que le ofrecen es el estipulado en el contrato que tiene que firmar. No acepte ningún empleo si no está seguro que cumple con los requisitos que exige la Ley Federal del Trabajo.

Es verdad que "conseguir trabajo cuesta trabajo" no lo haga mayor dejándose engañar por quienes lucran con esta necesidad.

Promociones y ofertas

Genaro Núñez Márquez



Durante algunos meses del año, las empresas suelen realizar promociones y ofertas con el propósito central de dar salida a las mercancías que, por diversas razones, se han ido acumulando en sus almacenes al no ver vendidas, o bien para estimular y aumentar sus ingresos con el viejo argumento de precios "castigados" o "rebajados".

En forma indistinta utilizan para tales promociones y ofertas nombres sugestivos como sorteos, concursos, baratas, descuentos y remates, que predisponen al consumidor a adquirir las mercancías o utilizar los servicios ofrecidos por los comerciantes en forma atractiva, si bien el objetivo principal es el lucro.

Es por ello que recomendamos al consumidor que reflexione con cuidado sobre la verdadera necesidad de comprar lo que le ofrecen "a precios rebajados" y evite caer en el deslumbramiento de aprovechar las oportunidades que se le proponen como únicas o irrepetibles, meditando seriamente acerca de si esas mercancías o servicios realmente los requiere de manera inaplazable, o si el precio a que se le ofrecen representa para él una auténtica ventaja.

Los precios de las promociones y ofertas deben ser comparados con los establecidos en empresas del sector público que, como en el caso de la Compañía Nacional de Subsistencias Populares (CONASUPO), sirve de elemento moderador en medio de la inflación que hoy padecemos. En todo caso, las promociones y ofertas comerciales no están prohibidas por la ley sino tan sólo sujetas a una serie de normas que las regulan y limitan con el evidente propósito de que quien las lleve a cabo no engañe al público. En este sentido, puede afirmarse que las leyes mexicanas en la materia son protectoras del consumidor, lo que se comprueba con la sola lectura de los artículos 15 al 18 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, así como de las disposiciones contenidas en el Reglamento de Promociones y Ofertas publicado en el Diario Oficial de la Federación el 9 de mayo de 1980, sin olvidar los acuerdos dictados por la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial editados en dicho Diario los días 6 y 15 de mayo de 1985, referentes a la previa autorización que debe obtenerse para ciertas promociones comerciales.

Otras normas que pueden mencionarse en materia de promociones y ofertas comerciales, son la Ley Federal de Juegos y Sorteos, y la Ley Federal del Impuesto sobre Loterías, Rifas, Sorteos y Juegos Permitidos.

Pero no es nuestra intención hacer un análisis exhaustivo de la legislación aplicable a la materia de promociones y ofertas comerciales, ni ofrecer al lector una interminable relación de disposiciones jurídicas, sino solamente comentar algunos aspectos de la Ley Federal de Protección al Consumidor y de los acuerdos emitidos por la SECOFI, ya mencionados.

En el artículo 15 de dicha Ley se establece lo que es una promoción y una oferta señalándose que: "Para los efectos de esta Ley, se entiende por 'promoción' la práctica comercial consistente en el ofrecimiento al público de bienes o servicios con el incentivo de proporcionar adicionalmente otro bien o servicio de cualquier naturaleza, en forma gratuita, a precio reducido o de participar en sorteos, concursos o eventos similares. También se considera promoción el ofrecimiento de un contenido mayor en la presentación usual de un producto, en forma gratuita o a precio reducido, o de dos o más productos iguales o diversos por un solo precio, así como la inclusión en los propios productos, en las tapas, etiquetas o envases, de figuras o leyendas impresas distintas de las que obligatoriamente deben usarse o a cuyo uso se tenga derecho. Por 'oferta', 'barata', 'descuento', 'remate' o cualquier otra leyenda similar, se entiende el ofrecimiento al público de productos o servicios de la misma calidad a precios rebajados o inferiores a los que prevalezcan en el mercado o, en su caso, a los normales del establecimiento."

Por su parte, el Reglamento de Promociones y Ofertas señala a la Secretaría de Comercio la facultad de aplicar las normas de éste, y como órganos de colaboración para el mismo objetivo a la Procuraduría Federal del Consumidor y al Insituto Nacional del Consumidor; conforme a sus respectivas competencias establece en su artículo 3º lo que debe considerarse por promociones y en su artículo 10 lo que debe entenderse por 'oferta', 'barata', 'descuento', 'remate' u otras expresiones similares.

En todo caso, ambas legislaciones, la Ley Federal de Protección al Consumidor y el Reglamento sobre Promociones y Ofertas, establecen el mismo concepto respecto de las promociones y ofertas.

Un segundo aspecto de interés es el referente a que el mencionado Reglamento determina los requisitos y procedimientos para obtener autorizaciones de promociones comerciales y la forma de efectuarlas, y establece las normas relativas a las ofertas.

El Reglamento determina que para las promociones comerciales será requisito indispensable obtener permiso previo y por escrito de la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial, salvo en aquellos casos en que se exime del mismo, por acuerdo publicado en el Diario oficial del 6 de mayo de 1985. La exención de previa autorización individual a las promociones comerciales, sin embargo no incluye:... "aquellás en las que intervengan, sea como bien principal o como incentivo, productos importados, juguetes, cerveza o vinos de mesa, refrescos, jugos o bebidas no alcohólicas en envases de cualquier naturaleza, así como polvos o concentrados para preparar sustitutos de tales bebidas; papas fritas, chicharrones de cerdo y harina u otra clase de frituras para consumo humano, pastelillos, paletas, dulces, chocolates y todo tipo de golosinas y en general, cuando se trata de los casos comprendidos en el artículo 4º del Reglamento sobre Promociones y Ofertas".

Por su parte, la Ley Federal de Protección al Consumidor ordena en su artículo 17 que para las promocones de bienes se requerirá de la autorización de la SECOFI y para las de servicios de la dependencia a que corresponda su control, inspección o vigilancia.

Otro de los aspectos legales importantes es el que se refiere a los derechos establecidos en favor del consumidor, por cuanto a las promociones y ofertas se refiere.

a) El consumidor tendrá derecho, durante el término de la promoción u oferta, o en tanto exista el volumen de mercancías del ofrecimiento, a la adquisición de los productos o a la prestación del servicio objeto de la promoción u oferta (art. 16 frace. II de la Ley).

b) El propio consumidor, cuando el autor de la promoción u oferta no cumpla su ofrecimiento, tendrá el derecho de seguir las siguientes opciones: exigir el cumplimiento forzoso, aceptar otro bien o servicio equivalente, y obtener el pago de daños y perjuicios, los cuales no podrán ser inferiores a la diferencia económica entre el valor del bien o servicio objeto de la promoción y oferta y a su precio corriente (art. 18 de la Ley).

Finalmente, es recomendable recordar que toda norma de derecho, para su correcta observancia, debe apoyarse en sanciones para quienes no la cumplan. Congruente con lo anterior, la Ley Federal de Protección al Consumidor establece en su capítulo Décimo Segundo una serie de sanciones a sus infractores, que van desde la aplicación de multas hasta por el importe de quinientas veces el salario mínimo general diario correspondiente al Distrito Federal, pasando por clausuras temporales y arrestos administrativos hasta por 36 horas, hasta cancelaciones o revocación de concesiones, licencias, autorizaciones o la clausura definitiva del establecimiento que haya cometido la violación cuando se trate de servicios públicos de concesión federal, turística o de transporte.

Las anteriores consideraciones legales se ofrecen al consumidor con el propósito de orientarle acerca de la legislación que lo protege de los abusos y violaciones que lleguen a cometer los oferentes de bienes y servicios, y, recordarle que ante las promociones y ofertas comerciales, deberá tener prudencia y buen criterio para seleccionar solamente aquellos artículos que en verdad necesite y le representen algún beneficio auténtico.

No todas las promociones son ofertas

Amalia Beltrán E.

¡Agosto al costo! ¡Barata anual! ¡Superventa 86!... son frases comunes utilizadas durante este mes por la publicidad de algunos centros comerciales que anuncian sus promociones y ofertas. Sin embargo, cabe preguntarse si verdaderamente es "el mes del ahorro" para los consumidores, o con estas supuestas "ofertas" los comerciantes "hacen su agosto".

Para conocer exactamente en qué consisten las promociones y ofertas de los centros comerciales, entrevistamos al señor Pablo Sánchez, gerente de una gran tienda de autoservicio,quien expresó: nuestra "super-venta 86" es sensacional, ya que se ponen en barata casi todos los productos que venden estas tiendas. Algunas ofertas ya vienen armadas por los proveedores y en otros casos, nuestro departamento de ventas hace la rebaja a la mercancía, es posible gracias a que adquirimos los artículos en gran volumen y los precios que nos dan los proveedores son menores que los que se ofrecen a otras tiendas".

"Durante todo el año —dice el señor Sánchez— contamos con promociones y ofertas, pues tratamos de sacar mercancía que ha quedado fuera de temporada, que no se ha vendido o simplemente para ayudar a los consumidores en sus compras durante los días festivos —día del padre, de la madre, del maestro, etcétera... Creo que de alguna manera las ofertas ayudan a la población consumidora, ya que cuando un centro comercial pone la mercancía en barata, automáticamente hacen lo mismo el resto de los comercios, pues de no ser así, la competencia no vendería durante estos meses".

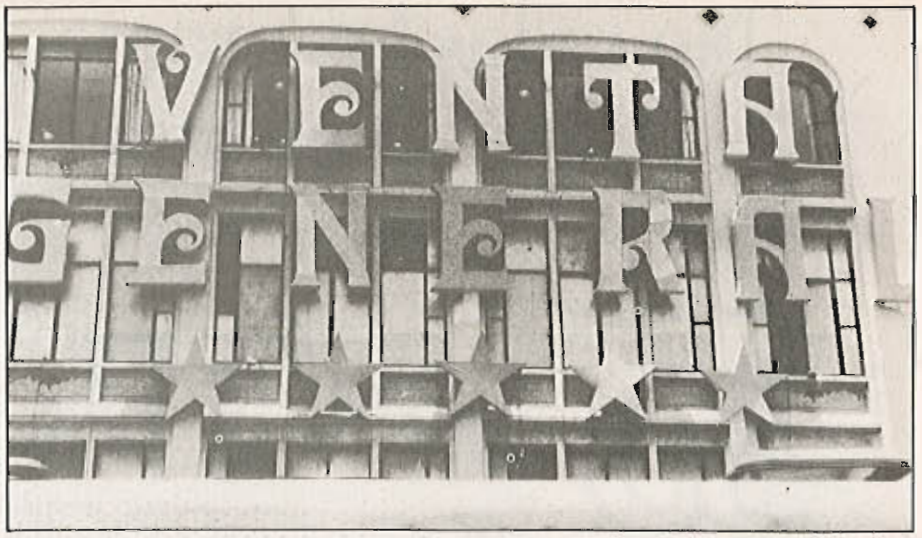
Al respecto, el señor Andrés Méndez, gerente de otro gran centro comercial comentó que sus tiendas tienen promociones para el público cada semana, por ejemplo "la semana de faldas, blusas, jeans, trajes o perfumería" y sus baratas son por temporadas, es decir, la mercancía que no se vendió durante la primavera se vende a menor costo durante verano y la de otoño e invierno, en primavera.

"Nosotros no ofrecemos artículos defectuosos en barata, ya que cuando nos llegan productos en mal estado los regresamos a los proveedores. Nuestras promociones y ofertas consisten en sacar mercancía rezagada o fuera de temporada, que incluso los mismos fabricantes nos las dan a menor precio. En este tipo de ventas, muchas veces no se hacen cambios, pues la mercancía en barata es poca y se agota rápidamente, pero sí la podemos cambiar por otro artículo de igual precio", afirmó el señor Méndez.

Para poder comprobar la veracidad de las tan anunciadas "baratas de agosto" visitamos algunos centros comerciales y comprobamos que efectivamente la mercan-

cía cuenta con algunos descuentos que van del 10, 20 y 30 por ciento sobre su precio normal, sin embargo, esta mercancía la encontramos aún más barata (sin estar en oferta) en algunas tiendas del sector público como las del ISSSTE, UNAM, Secretaría de Comercio y Hacienda, entre otras. Este fenómeno comercial se debe a que en estas tiendas no se cobra "la etiqueta" de la tienda, "el prestigio" o "el lujo", su función es simplemente social.

Para poder hablar sobre las tiendas del Sector Público, platicamos con el Contador Público Ernesto Soto, gerente de la tienda de la Secretaría de Hacienda, quien dijo que en estas tiendas casi no existen promociones y ofertas, pues sus precios son muy bajos durante todo el año en comparación con las del sector privado, ya que existe un convenio entre las tiendas y los proveedores para poder ofrecer mercancía a bajo costo y así poder ayudar en la economía de los consumidores. "Nuestras tiendas no tienen como fin el lucro, sino por el contrario, hacemos un esfuerzo por brindar un servicio social a la comunidad. El único inconveniente es que se necesita credencial para entrar en algunas de estas tiendas, pero existen otras que no piden ningún requisito, como las del Departamento del Distrito Federal, ISSSTE, el Sindicato de PEMEX y CONASUPO, que también ofrecen su mercancía muy barata" dijo finalmente el funcionario.



Asimismo entrevistamos a la señora Elvia Torres, clienta del centro comercial de la Secretaría de Hacienda, quien sobre las ofertas en las tiendas del sector privado señaló: "yo no acostumbro ir a los lugares de lujo en donde supuestamente ponen en barata algunos artículos, ya que por experiencia les platico que ahí solamente venden cosas defectuosas y caras, además no quieren hacer cambios. Hace algunos meses compré en oferta una vajilla en Aurrerá, pero como no estaba abierta la envoltura no la revisé y cuando llegué a la casa me di cuenta de que faltaban dos platos y una taza estaba rota, por lo cual regresé a la tienda para hacer mi reclamación, pero me dijeron que no me la podían cambiar porque precisamente por defectos estaban en barata algunos productos. Y dígame ¿para qué me sirve una vajilla incompleta?... mejor vengo a lo seguro... más barato que en otros lugares y con la seguridad de encontrar artículos de buena calidad".

En fin, las opiniones son diversas y van de acuerdo a los intereses de cada persona. Sin embargo, la última palabra la tiene el consumidor. Pero recuerde que es importante, antes de apresurarse a comprar artículos en oferta, que compare precios para saber si le conviene realmente adquirirlos.

Para que usted tenga un conocimiento más amplio sobre el aspecto legal, en cuanto a ofertas y promociones se refiere, le recomendamos leer el reportaje, sobre este tema, en las siguientes páginas de esta Revista.

Insistimos, no se deje llevar por la publicidad, no permita que a costa suya los comerciantes realicen "su agosto".

Ecuador
Trofeos cuestionados.

Raúl Borja, Presidente de la Fundación de Defensa del Consumidor de Ecuador, denunció la muy cuestionada práctica de concesión de los "Trofeos Internacionales de Calidad" (TIC), los cuales son entregados a empresas escogidas por dedo y que no son sometidas a ningún control de calidad.

El Sr. Borja calificó esta práctica como "la venta de un trofeo internacional de calidad, con fines estrictamente comerciales, que beneficia a todos, excepto al consumidor". Por otro lado, añadió que "el TIC parece que ejerce una competencia desleal con el INEN", Instituto Ecuatoriano de Normatividad, único autorizado por la ley para calificar la calidad de los productos a partir de normas técnicas. Según Raúl Borja, el INEN no entrega dichos certificados a la firma, sino a determinado producto después que se ha comprobado que cumple con los requisitos de calidad establecidos.

Fuente: Información mundial del consumidor. Edición de la IOCU para Iberoamérica No. 2.

Argentina
Impulso a la protección del consumidor argentino.

La aprobación de las directrices de protección al consumidor en abril del año anterior por las Naciones Unidas, la presencia de un gobierno democrático y la existencia de varias organizaciones de consumidores activas van creando la conciencia de la necesidad de introducir medidas, legislaciones y modificaciones institucionales con el objeto de alentar políticas y programas de protección en este sector.

Esto lo demuestra el interés del parlamento por discutir y analizar por lo menos cuatro proyectos de ley presentados por organizaciones privadas, parlamentarias y el propio gobierno. Existe la esperanza de que Argentina pueda ser el siguiente país que cuente con una legislación eficiente y realmente protectora de los derechos de los consumidores nacionales.

Fuente: Información del consumidor. Edición de la IOCU para Iberoamérica No. 2.

El Nopal, Rico en Vitaminas, Será Exportado a EU, Dice Manlio Fabio

El nopal es un alimento barato rico en proteínas, vitaminas y minerales. El incremento de su consumo entre la población contribuirá a mejorar su alimentación.

Así lo manifestó el delegado en Milpa Alta, Manlio Fabio Murillo Soberanis, ante funcionarios del Departamento del Distrito Federal (DDF) y la Secretaría de Agricultura y Recursos Hidráulicos (SARH). Ello durante una visita realizada al Centro de Acopio y Distribución del Nopal.

Señaló que en esta demarcación se le da un tratamiento al nopal, a base de ácido ascórbico, limón natural y vitamina C. Este preservador natural le permite al vegetal conservarse hasta 20 días en perfectas condiciones.

Este procedimiento, apuntó, permitirá que el producto pronto se exporte a Estados Unidos y a las regiones fronterizas de nuestro país donde es muy apreciado. Actualmente se vende en Puebla e Hidalgo.

En el centro distribuidor de Milpa Alta se empaquetan unidades con seis nopales ya tratados para su conservación y se distribuyen en diferentes tiendas de abasto. Señaló el titular milpaltense que la CONASUPO adquiere media tonelada diaria de este alimento y ya tienen pedidos de tiendas comerciales privadas.

Rendimiento del Nopal

Por su parte el jefe del Centro de Apoyo para el Desarrollo Rural número 2, en Milpa Alta y Tláhuac, Samuel Valadez Irineo, expuso que en la delimitación milpaltense se siembran 3,380 hectáreas del vegetal en cuestión y que 7 mil 570 campesinos viven de este cultivo.

El rendimiento por hectárea, informó, es de 60 toneladas anuales. Durante mayo, junio, julio y agosto se obtiene mayor productividad. Este año se espera obtener 202 mil 800 toneladas de este alimento.

El ciclo agrícola del nopal cuesta un millón 433 mil pesos por hectárea, contemplando desde la preparación del suelo hasta la producción un año posterior. Su mantenimiento alcanza un costo de 400 mil pesos, debido al control de plagas y enfermedades.

Anotó que la vida productiva del nopal alcanza de doce a quince años. Actualmente la SARH realiza análisis para aumentar su nivel productivo.

Distribución y Comercialización Nopalera

En cuanto al subproceso de industrialización de esta planta, el vocal ejecutivo del fideicomiso Comisión Promotora CONASUPO, Gerardo Salazar, expresó que la paraestatal distribuye dos y media toneladas de nopal a la semana en sus tiendas.

Explicó que el mayor consumo de nopales es cuando está fresco. Se han investigado varias formas de cocinarlo. Para su mayor conservación se hicieron varios experimentos hasta que se encontró la fórmula que lo preserva durante 20 días.

En el proceso de almacenamiento, puntualizó, se puede empaquetar y distribuir a los centros comerciales. El órgano de acopio y distribución vende directamente a la Central de Abasto dos toneladas y media al mes. Al ISSSTE ha entregado 928, al DDF 904, a Dicomesa 576, entre otros sitios.

Finalmente informó que hasta la fecha se han vendido cinco toneladas 282 kilos en diferentes unidades mercantiles.

Fuente: Periódico El Nacional, 15 de julio 86.

Forja Patrones de Conducta que Superan a la Influencia Familiar, la Televisión: UNAM.

La televisión, tal y como ha sido manejada en México, es un "elemento que causa desconcierto" y va dictando patrones de conducta en los que la agresividad y la violencia, la burla ante el dolor ajeno y la apatía hacia los temas escolares, encuentran su "máxima expresión".

Lo anterior está contenido en un estudio realizado por investigadores de la Universidad Nacional Autónoma de México, en el que se dice además que la televisión ha ejercido tanta influencia en los niños, que goza de mayor credibilidad y autoridad que los mismos padres de familia.

Se apunta que la televisión oficial en México no representa ningún contrapeso para la comercial, debido a su escaso auditorio y a la similitud de la programación.

La inducción al consumismo es muy fácil de detectar, considerando primero el número indiscriminado de anuncios publicitarios que conducen inevitablemente a las personas a la adquisición generalizada de productos dañinos, incluso, como lo son las bebidas embriagantes, los cigarrillos, los refrescos y los productos chatarra, entre otros.

"La gente —asienta el estudio— muchas veces consume sin darse cuenta de que lo hace de una manera mecánica debido a la repetición frecuente de los anuncios y a la índole subliminal de ciertos comerciales".

"La mente humana recibe mensajes dirigidos al subconsciente que entran en acción cuando el individuo se encuentra en circunstancias parecidas o ante estímulos similares de los señalados en el anuncio publicitario".

Sin embargo, son los niños y las amas de casa los más susceptibles de asimilar esos mensajes. Se comprobó que los menores pasan alrededor de 12 horas a la semana frente al aparato televisor.

"Los niños están creciendo bajo la tutela de la televisión, lo que dará como resultado la formación de generaciones de ciudadanos televisados", lo cual es sumamente "preocupante para el futuro de la sociedad".

Además, la televisión comercial está en poder de una clase dominante, que lo único que está haciendo es imbuir a nuestro pueblo en el "american way of life" dejando de lado las tradiciones culturales y el afianzamiento de la identidad nacional.

De hecho, a los niños que no tienen una visión completa de la realidad, se les enajena con la programación, dice también el estudio elaborado por la ENEP Iztacala de la UNAM, y se sugieren dos opciones para evitar la influencia dañina en los menores, que son:

"Que los padres disminuyan el tiempo que sus hijos pasan frente al aparato y que tanto en el hogar como en la escuela, se les enseñe a los niños a ser críticos sobre los progoramas que ven".

Fuente: Periódico "El Sol de México", 9 de julio de 1986.

Dicta SECOFI Normas de Peso y Comerciales Para Cafés Puros y Mezclados.

La Secretaría de Comercio dio a conocer un acuerdo que fija el contenido neto, tolerancias e información comercial de la presentación de café tostado y molido, mezclado hasta con un 30 por ciento de azúcar.

El acuerdo publicado en el Diario Oficial indica que éste tiene como finalidad establecer los términos para la comercialización dentro de la República Mexicana, del café tostado y molido 100 por ciento puro y el café tostado y molido mezclado hasta con 30 por ciento de azúcar.

La comercialización de café tostado y molido puro y café tostado y molido mezclado, se permitirá en los contenidos netos y tolerancias que se señalan en la publicación.

La leyenda "contenido neto" debe ir seguida de la cantidad en gramos y el nombre o símbolo de esta unidad sin pluralizar y sin punto abreviatorio. Para la verificación de contenido neto se recabará preferentemente en las bodegas o almacenes de los lugares de producción el número de muestras por triplicado, correspondiente al número de unidades del producto a verificar.

Cada uno de los envases del producto debe llevar una etiqueta de impresión visible e indeleble con los siguientes datos: denominación del producto; nombre o razón social y domicilio del fabricante; contenido neto; registro de la Secretaría de Salud; clave de producción; leyenda de conservación; leyenda de "hecho en México" o "envasado en México", según proceda; leyenda café 100 por ciento puro o mezclado con azúcar.

El presente acuerdo entra en vigor el 8 de julio de 1986.

Fuente: Periódico "El Financiero" 8 de julio de 1986.

Diabetes: azúcar nada dulce

José Eduardo Aguilar M.

¿Ha pensado usted alguna vez en las consecuencias que puede traer a su salud el consumo inmoderado de dulces, chocolates, pastelillos, galletas y refrescos?

¿Ha meditado acerca de la cantidad de azúcar que ingiere anualmente para endulzar su café, té o postres?

La costumbre nos señala que al ir al cine, debemos complementar la emoción de la película con palomitas, chocolates, muéganos y caramelos, y que a la hora del café son indispensables las consabidas galletitas. Estos malos hábitos alimenticios, los antecedentes diabéticos en la familia y las tensiones emocionales pueden ser causantes de una de las enfermedades crónicas más frecuentes: la diabetes.

Esta enfermedad fue conocida y descrita desde hace más de 2 mil años. Un poco antes del principio de la era cristiana los romanos Celso y Areteo le dieron el nombre de "diabetes", que en latín significa "sifón", porque observaron que quienes padecían esta enfermedad orinaban con demasiada frecuencia.

En todo el mundo se conoce este padecimiento. Según estadísticas de diversos países y organizaciones internacionales, el 2 por ciento de la población mundial es diabética. En México, de acuerdo a datos proporcionados por la Dirección General de Medicina Preventiva de la Secretaría de Salud, la diabetes y sus complicaciones representan la séptima causa de mortalidad. Lo peor del caso es que muchos enfermos ignoran que lo están, debido a que, en ocasiones, no presentan síntomas o éstos son leves.

Dicho padecimiento se caracteriza por los niveles anormalmente elevados de glucosa (azúcar) en la sangre, que es provocado por la producción insuficiente de la hormona llamada insulina, generada por el páncreas y encargada de disminuir la concentración de glucosa en la sangre, al hacer que los tejidos del cuerpo la aprovechen. Cuando la insulina es insuficiente el organismo no puede procesar el azúcar y permanece en la sangre; al acumularse la glucosa, el enfermo puede caer en estado de coma, que desaparece cuando el médico disminuye la concentración de azúcar al administrarle insulina.

La diabetes presenta una amplia variedad de síntomas, pero sus principales manifestaciones son: aumento de la producción de orina, aumento de la sed y del apetito, y pérdida de peso.

Existen dos tipos de diabetes. La primera es la juvenil, que puede desarrollarse durante la infancia o la adolescencia. Es la más grave, porque es difícil controlarla debido a que la elaboración de insulina por el páncreas es nula.

Las complicaciones aparecen pronto y son muy graves.

El segundo tipo es de la diabetes del adulto, que se presenta la mayoría de las veces en personas de más de 40 años, generalmente obesas; es más fácil controlarla ya que en este caso el páncreas sí produce insulina, aunque en forma insuficiente. Su aparición se asocia muchas veces con el consumo excesivo de alimentos de alto contenido de azúcares, harinas y almidones, que a su vez ocasionan la obesidad. Los disgustos o las emociones intensas pueden favorecer la aparición de la enfermedad.

En los dos tipos es muy importante el antecedente diabético de familiares de la persona que padecen este mal.

Complicaciones de la diabetes

La diabetes trae como consecuencia alteraciones en los vasos sanguíneos de todo el organismo, lo que puede provocar trastornos importantes en el cerebro, los riñones, el corazón y la retina. Los daños en esta membrana del ojo representan el 25 por ciento de todas las causas de ceguera. Por otra parte, la aterosclerosis es la causa directa de muerte en más de la mitad de los diabéticos. Las alteraciones vasculares también propician infecciones y gangrena en las extremidades, sobre todo en las inferiores.

Las cataratas son otra complicación frecuente, así como las llamadas neuropatías diabéticas, una alteración de los nervios periféricos que provoca un sinnúmero de síntomas molestos en el aparato digestivo, vejiga, sistema cardiovascular y músculos.

Por otra parte, el proceso de cicatrización de heridas se vuelve lento. También los sistemas de defensa pueden afectarse y ser poco eficaces ante enfermedades como tuberculosis, meningitis e infecciones de vías urinarias, entre otras.

Como prevenirla

Si bien es cierto que la diabetes es una enfermedad de tipo hereditario, mucho es lo que se puede hacer para evitar que se desarrolle. Es necesario disminuir el consumo de alimentos con alto contenido en azúcar (dulces, chocolates, pastelillos, refrescos, etcétera) y harinas (galletas, pasteles y pan), ya que, como mencionamos anteriormente, propician la obesidad. Esta medida es también recomendable para los niños, quienes pueden llegar a sufrir de gordura y diabetes si durante la infancia tienen malos hábitos alimentarios.

Toda persona debe mantenerse en su peso ideal, de acuerdo a su estatura. Gran parte de los diabéticos logran contrólar sus niveles de glucosa en la sangre con sólo recuperar su peso normal.

Es necesario el ejercicio como medida preventiva, ya que cumple con la doble función de mantenernos en el peso adecuado y disminuirnos las tensiones emocionales.

Las malas noticias y las situaciones adversas deben ser, en la medida de lo posible, tomadas con calma y entereza.

Se aconseja que las personas mayores de 40 años se hagan practicar un análisis de glucosa en la sangre por lo menos dos veces al año.

Las instituciones del Sector Salud llevan a cabo el Programa de Detección y Control de la Diabetes. Dicho programa está diseñado para proporcionar servicio médico a todas las personas. Los derechohabientes del ISSSTE o del IMSS deberán acudir a sus clínicas de adscripción. Los no derechohabientes a las clínicas y centros de la Secretaría de Salud.

Obesidad contra fortaleza

Amalia Beltrán E.

México es el primer consumidor mundial de refrescos. Según informes de la Organización Internacional de Asociaciones de Consumidores (IOCU), en 1979 se consumieron 98 litros por persona; en 1980, 119; y en 1985, 125 litros. En cambio, el consumo de aguas frescas tradicionales, preparadas con frutas naturales y de alto valor nutritivo, ha ido desapareciendo.

La mayoría de las empresas embotelladoras gastan muchos millones en publicidad con la obvia intención de impulsar y fomentar el consumo de sus productos. Estudios elaborados por el INCO señalan que en México se consume la sexta parte de la producción mundial de Coca Cola y la la cuarta parte del total de Pepsi Cola.

Cifras estimadas por la IOCU indican que en 1983 la Coca Cola en México gastó en publicidad 528.9 millones de pesos —34.2 por ciento del gasto publicitario de aguas envasadas en todo el país—, mientras que Pepsi Cola, su más cercano competidor, erogó 411.6 millones de pesos —26.5 por ciento de gasto publicitario en el mismo rubro—. Fuera de Fanta y Mirinda, envasadas por Coca Cola y Pepsi Cola respectivamente, el resto de marcas invirtió 611.1 millones de pesos, logrando solamente un 39.3 por ciento del citado gasto.

El consumo excesivo de refrescos en nuestro país significa graves problemas de salud y deterioro de los hábitos de consumo. En el primer caso porque estos productos ocasionan trastornos gastrointestinales provocados por las sustancias irritantes que contienen, como acidulantes y gas, aunque el mayor daño lo origina el alto contenido de azúcar, que puede ocasionar caries dental y obesidad. En el segundo caso los problemas se deben a que las bebidas embotelladas figuran, a través de una presión publicitaria, entre los principales productos industrializados que merman el presupuesto familiar y desplazan a otros alimentos más baratos y de mayor valor nutritivo, entre ellos a las aguas de frutas naturales, de gran tradición en países latinoamericanos.

Estudios realizados por la Facultad de Química de la UNAM, señalan que los refrescos gaseosos más perjudiciales para la salud son

los de sabor "cola" porque, además de contener los ingredientes convencionales de cualquier otro, se les añade ácido fosfórico que les da un grado de acidez muy alto; este ácido es uno de los corrosivos más fuertes y dañan la flora intestinal, ya que contiene cafeína, estimulante que provoca adicción.

Los principales ingredientes de los refrescos son colorantes, saborizantes, acidulantes y preservadores y azúcar. A continuación describimos brevemente cada uno de ellos y sus efectos.

Colorantes: Un mecanismo de asociación mental hace que el consumidor espere que la bebida tenga el mismo color de la fruta de la cual supuestamente está hecha.

A las bebidas de "cola" y tamarindo suele dárseles color por medio del caramelo, que se obtiene a partir de azúcar de maíz quemada, acompañada de sales de amonio, este es un color vegetal, y dentro de todo, natural. Los demás son artificiales y se deben principalmente a sustancias como *tartrazine*, polvo que se usa para colores de tipo limón y que mezclado con el *Brilliant Blue FCF* produce el color de lima. Para preparar las bebidas de naranja se usa el polvo anaranjado *Suncet Yellow FCF*, que es un polvo color bronce-púrpura utilizado para hacer combinaciones de colores, con el *Amaranth* se obtienen los colores de uva y mezclando *tartrazine* se hacen los tonos caramelo.

Todas estas substancias llamadas "colores certificados alimenticios", están sujetos a leyes que garantizan su inofensividad para el organismo humano.

Saborizantes: Son soluciones o extractos alcohólicos, emulsiones o zumos frutales. Los aceites esenciales que proporcionan sabor pueden ser naturales o compuestos sintéticos (como los aceites de manzana, plátano, cereza, pera, fresa o piña). Cuando se preparan a partir de la trituración de la fruta, las bebidas suelen ser más sabrosas e incluso contienen una pequeña dosis de vitaminas.

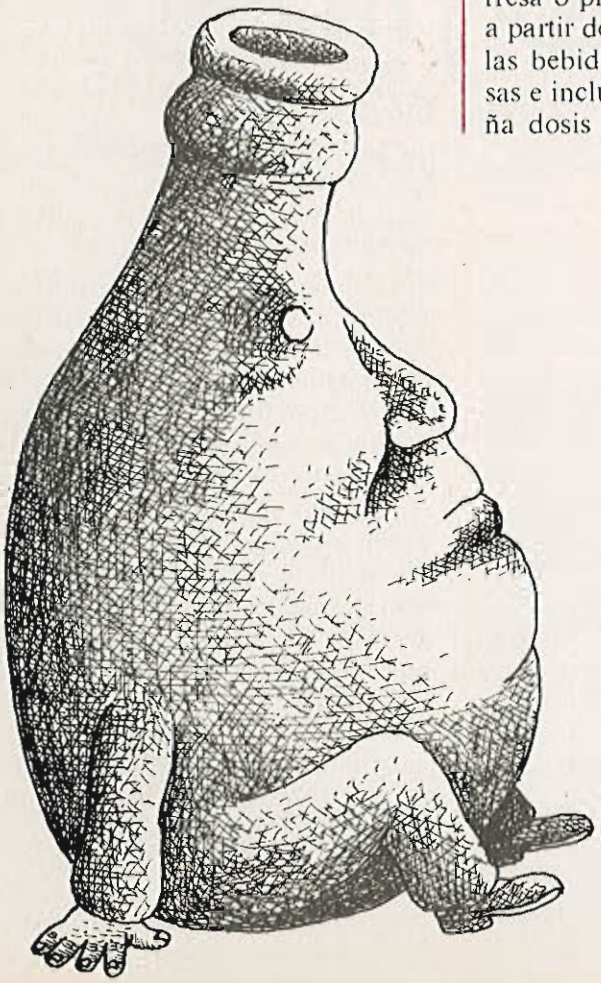
Acidulantes: Los ácidos cumplen dos funciones, equilibrar el sabor del producto y actúan contra el deterioro del mismo. El cítrico, el fósforo y el tártrico son los más usados, todos ellos son débiles e inofensivos para el organismo humano.

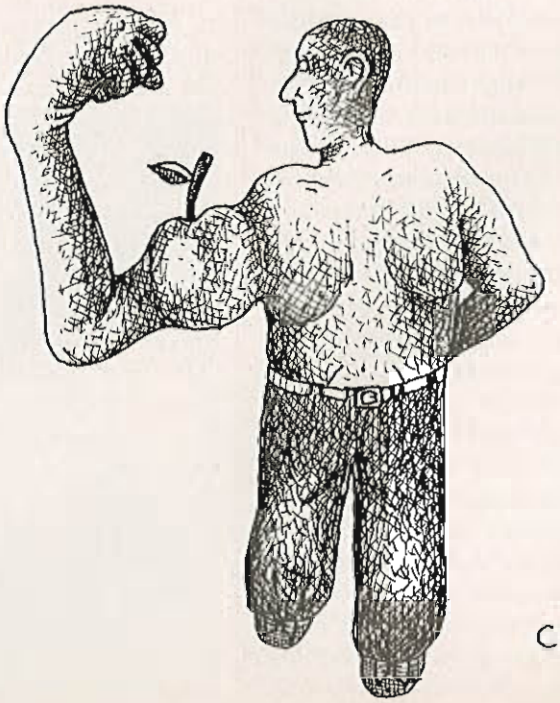
Preservadores: Su función es la de evitar el deterioro del producto por la acción de bacterias, hongos y levaduras. Su presencia de nada sirve si los equipos, envases, tanques, etcétera, relacionados con la bebida no guardan perfectas condiciones higiénicas.

Valor nutritivo de refrescos y aguas frescas

Al comparar el valor de un vaso con refresco y un vaso con agua de frutas, se observa que el aporte de calorías es prácticamente el mismo sin embargo, existe una gran diferencia en cuanto a la cantidad de los demás nutrimentos (ver cuadro), principalmente vitaminas y minerales.

En este sentido se dice que los refrescos son alimentos de "calorías vacías", la mayoría de ellos no ofrece nada más. Por eso, al tomar refrescos, la gente se siente satisfe-





CEES

cha porque toma energía que pronto desaparecerá. El hombre necesita además de otros elementos nutrientes para cumplir su función metabólica.

El Instituto Nacional del Consumidor recomienda que lo mejor es el agua de fruta preparada en casa. Ningún producto industrializado puede sustituir la calidad nutricional y vitaminas. Además el contenido excesivo de azúcar en los refrescos embotellados provoca obesidad, hipertensión y otros males.

Retomemos la tradición mexicana de preparar en casa aguas frescas de frutas naturales. A continuación le proporcionamos algunas recetas de bebidas que se acostumbran en algunos estados de la república.

Agua de chía (Oaxaca)

Ingredientes: dos litros de agua, seis limones, una taza de chía y media taza de azúcar.

Manera de hacerse: el agua se endulza y se le agrega el jugo de dos limones y la chía previamente remojada hasta que adquiere viscosidad y se esponja.

Agua de tuna (Guanajuato)

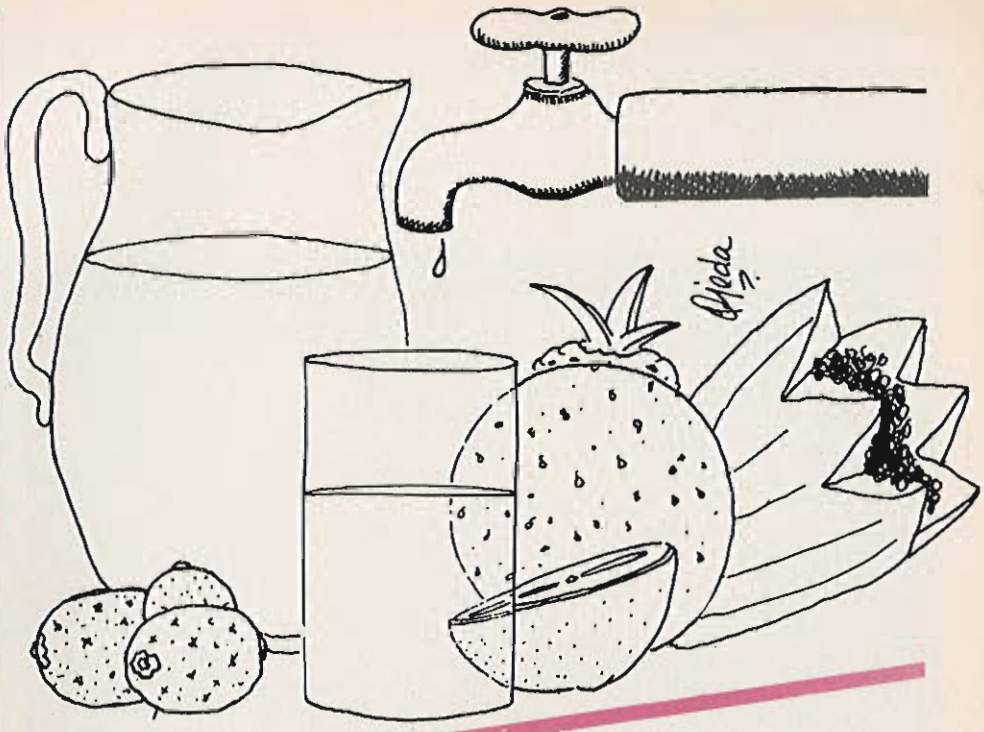
Ingredientes: dos litros de agua, veinte tunas, seis ramas de perejil, un limón y media taza de azúcar.

Manera de prepararse: el perejil se muele con media taza de agua y se cuela. Las tunas se pelan, se deshacen con un tenedor y se cuelan. El agua se endulza, se le echan las tunas, el jugo de perejil y del limón.

Agua de pitahaya (Tabasco)

Ingredientes: dos litros de agua, medio kilo de pitahayas (pueden mezclarse rojas y naranjas) y media taza de azúcar.

Manera de hacerse: las pitahayas se pelan, se muelen, y se cuelan y se vierten en el agua. Se endulza.



Agua de tascalate (Chiapas)

Ingredientes: tres litros de agua, media taza de chocolate en polvo o molido si es de tableta; media taza de pinole y media taza de azúcar.

Manera de hacerse: todo se revuelve en el agua y se bate con el molinillo.

Horchata de arroz (Yucatán)

Ingredientes: dos litros de agua, una taza de arroz, un octavo de cucharadita de canela en polvo, medio limón y media taza de azúcar.

Manera de prepararse: el arroz se lava en un colador bajo el chorro del agua y se deja remojando en un plato con agua durante tres horas. Se escurre y se pone a hervir en dos litros de agua. Cuando ya está cocido se deja enfriar, se pasa por un colador machacándolo en él con una cuchara y usando la misma agua en que se coció. Se le agrega el azúcar, unas gotas de limón y la canela.

El nopal

M. Sandra García Macías

¿Y por qué ir a visitar al nopal "nomás" cuando tiene tunas? Como usted sabe, esta planta es uno de los símbolos más representativos de la cultura mexicana, pues no sólo forma parte del Escudo Nacional, sino que, además, a lo largo de la historia ha tenido gran trascendencia económica, social, religiosa y alimenticia para los pobladores de nuestro país.

Entre los aztecas, el nopal jugaba un papel importante en los cultos religiosos, por ser parte del símbolo que conformó a la gran Tenochtitlán(un águila devorando una serpiente parada sobre un nopal). Servía también de alimento, para la elaboración de bebidas, y para uso medicinal. En la actualidad Maximino Martínez, en su libro "Las Plantas Medicinales en México" nos dice:

"En Oaxaca se utilizan las pencas del nopal preparadas en té para combatir el reumatismo, el dolor de cabeza y el dolor de los oídos. Otra aplicación es la raíz hervida, que es utilizada contra la disentería". Se usa también como auxiliar en el control de la diabetes ya que —según investigaciones— el nopal contiene sustancias hipoglucemiantes que disminuye la concentración de azúcar en la sangre.

Desdeñado por algunos y apreciado por muchos, el nopal actualmente ha llegado a adquirir gran importancia, debido a sus múltiples usos. Forma parte de la dieta de los mexicanos y se consume de distintas maneras. Es la base para preparar sabrosos, nutritivos y muy variados guisos, por ejemplo, los nopalitos en escabeche, los rellenos con carne de puerco o la típica ensalada de nopales a la mexicana (con jitomate, chile, cebolla, cilantro y orégano), y en sopas y postres. De la misma penca pueden elaborarse deliciosos dulces, mermeladas y nieves.

Por otra parte, se ha descubierto que esta planta representa una alternativa para la alimentación del ganado, principalmente en época de sequía y escasez de forraje. Muchas especies silvestres se pueden aprovechar y, aunque las hay con armadura espinosa (lo que no representa problemas por-

que éstas se pueden chamuscar en una hoguera, tratándose de pequeñas cantidades), también existen especies con espinas tan suaves, que los animales las pueden comer sin peligro. Con las semillas se puede alimentar a las aves.

En la industria es también aprovechable. Se utiliza en la elaboración de champús, aceites, cremas y pinturas de agua, colorantes para repostería y anticorrosivos.

El nopal es muy valioso para los habitantes de las zonas áridas, debido a su enorme resistencia a las condiciones climatológicas dominantes en esas regiones. Usualmente los frutos se comen como postre, pero con sus pencas se preparan sabrosos guisados.

Según análisis hechos por la dirección General de Agricultura, el nopal tiene 90 por ciento de agua, pero aporta al cuerpo humano principalmente calcio, mineral de gran importancia en la formación y mantenimiento de huesos y dietas que también ayuda a la contracción muscular, a la trasmisión de impulsos nerviosos y a la coagulación de la sangre. Asimismo, esta planta aporta hierro, fibra y vitaminas A y B. El hierro forma parte de la sangre e interviene en la transportación del oxígeno de los pulmones a todos los tejidos del organismo. Las vitaminas del grupo B contribuyen al buen funcionamiento de los sistemas respiratorio, nervioso y cardiovascular. La mayoría de ellas participa en el metabolismo de carbohidratos; es decir, la conversión de los almidones y azúcares en energía. La vitamina A ayuda a la adaptación del ojo a los cambios bruscos de la luz y a la conservación de la piel y las mucosas. Además, la fibra del nopal contribuye al buen funcionamiento intestinal.

A pesar de sus cualidades, mucha gente no le da importancia a esta planta. No obstante, en México se produce esta planta en grandes cantidades. El principal productor de nopal es la delegación de Milpa Alta, en el D.F., donde su cosecha es representativa y redituable para la economía de los pobladores. Incluso, éstos organizan una feria anual en donde hay una exposición de platillos preparados con este vegetal.

También es indudable que el consumo del nopal es alto, sobre todo en las clases de pocos recursos económicos. Hay épocas de gran demanda; como la cuaresma y fin de año; periodos en que aumenta su precio aunque, en general, es barato. Existen muchas variedades de nopal, y todas ellas son comestibles.

Si usted lo consume o ha decidido hacerlo es importante que al adquirir el nopal observe que tenga un color verde intenso y que no sea muy grande ni muy grueso; es mejor el mediano y tierno. No compre los que estén manchados o marchitos.

Para eliminar la consistencia babosa del nopal, hay que desfle-

marlo cociéndolo cortado en cuadritos, con abundante agua, sal y cebolla. Sin embargo, existen otros métodos: dejarlo reposar en agua de cal.

El nopal se puede conservar de muchas maneras. Por ejemplo, en salmuera. Póngalos a cocer durante 5 ó 10 minutos, sáquelos y póngalos en salmuera fría (1 litro de agua y 150 gramos de sal) durante 12 ó 24 horas. Se quitan de la salmuera y se envasan en recipientes limpios. Se agrega nuevamente salmuera en la misma concentración. Los frascos se ponen a hervir durante 1 hora a baño de María con la tapa ligeramente enroscada. Al terminar el baño de María se aprieta la tapa y se guardan.

También puede conservarlos cocidos en dulce o mermelada.

Frescos y limpios pueden durar hasta 20 días si se guardan en una bolsa de plástico y se meten al congelador.

Recetas

Sopa Tolteca

Ingredientes:

20 nopalitos finamente picados, cocidos y escurridos
1 barrita de margarina
1 cebolla finamente picada
2 elotes tiernos, desgranados
5 jitomates medianos, molidos con cebolla y ajo
sal y pimienta al gusto
chile poblano al gusto

Modo de prepararse:

En una cacerola se pone la margarina, se acitronan las rajas de chile poblano y los granos de elote. Cuando los granos estén transparentes se les pone el jitomate molido y los nopalitos picados y cocidos. Se deja hervir hasta que la mezcla se cueza. Se le añade crema al final. La sopa debe quedar caldosa y se sirve caliente.

Nopales rellenos

Ingredientes:

12 nopales
6 rebanadas de queso
1 cebolla en rodajas y un trozo aparte
2 dientes de ajo
1 rama de epazote
1/2 cucharada de bicarbonato
1/2 cucharada de orégano
rajas de chiles jalapeños
aceite para freír y sal

Modo de prepararse:

1. Se cuecen los nopales en agua con el trozo de cebolla, el bicarbonato, los dientes de ajo y la sal.
2. En cada nopal se coloca una rebanada de queso, una hoja de epazote, una rodaja de cebolla y las rajas de chile jalapeño; se cubre con otro nopal y se aseguran con palillos.
3. Se fríen en aceite muy caliente hasta que el queso se derrita; se escurren y se espolvorean con orégano.

Amor por ti bebí mi propio llanto

Ofelia Villegas de García

Amor por ti bebí mi propio llanto

Título melodramático, ¿verdad? Es el primer verso de la canción *Revancha*, de Agustín Lara. Toña la Negra la canta en la película del mismo nombre. Muchas canciones de Lara (como *Santa* y *Aventurera*) sirvieron de título a melodramas. Yo las he visto todas. Mis amigas no entienden cómo es que me interesa tanto este género cinematográfico tan "pasado de moda", tan "desprestigiado". Claro que no me convencen sus argumentos. Como siempre digo, yo saco de las cosas mis propias conclusiones. Y a mí me encanta el "melo". Para explicar por qué, debo empezar por decir que cosa es un melodrama. Sobre todo porque la televisión nos ofrece en su programación, docenas de ellos cada mes.

¿Qué es un melodrama?

Originalmente era la música (el melos) más drama. Pero desde el siglo pasado se trata de una obra de teatro popular, hecha a base de tipos superficiales, medio truculentos: el héroe, la heroína, el villano, quienes viven el drama desmedidamente, en una historia que nunca es realista y muchas veces ni siquiera verosímil. Así es como pasó posteriormente al cine. Yo acepto que la mayoría de los melodramas son historias desaforadas, pero algunas son sinceras y convincentes. Frecuentemente, al hablar mal de ellos se olvida que muchísimas de las consideradas grandes obras de teatro y grandes películas están basadas en situaciones de melodrama o tienen finales melodramáticos.

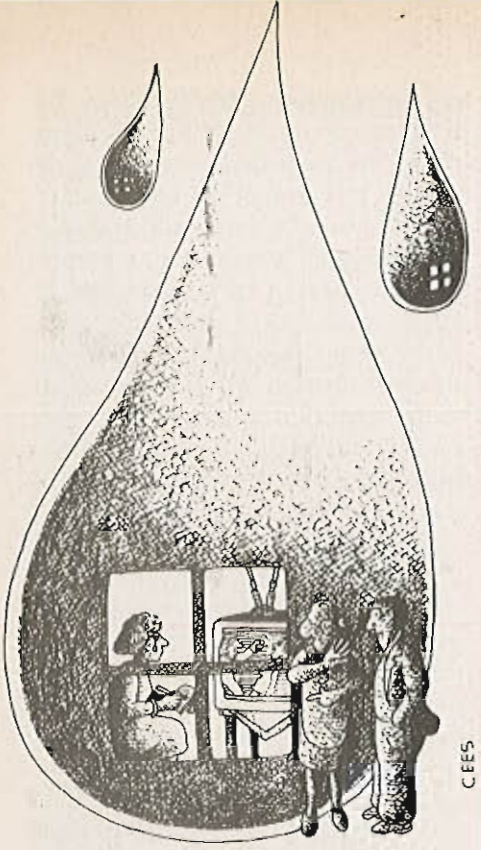
Claro, lo que sucedía entre reyes y príncipes pasó a la vida de la burguesía y a las clases media y popular. Pero las tramas siguen siendo las mismas. Yo sencillamente no me resisto a los atractivos de los buenos melodramas en el cine. Ejemplos de mis favoritos: *Una familia de tantas, La oveja negra, Aventurera, Distinto amanecer, Salón México, Cuando los hijos se van*, etcétera mil veces. Pero quiero decir que no me resisto a los melodramas en términos de entretenimiento, de diversión. En términos de placer "estético", digamos (Las historias, las maneras de actuar, etcétera). Porque un melodrama no debe verse nunca como un retrato de la vida real, y menos ver a sus héroes como personas de carne y hueso. Tampoco deben verse para fines prácticos, porque un melodrama no tiene ningún valor práctico, salvo en el caso especial de que alguien lo vea porque es profesor de arte dramático, director de telenovelas, o algo así. A mí me gustan los melodramas, me gustaría decir que en ellos se reflejan los grandes conflictos del espíritu. Pero no puedo. Se trata de un entretenimiento llorón o sentimentaloide. Sí, pero cuando están bien hechos son "preciosos". Comúnmente el melodrama se nutre de asesinatos, venganzas mortales, odios jarochos, etcétera. Aunque tiende también hacia lo psicológico.

¿Por qué te moriste, Pedrito? ¿Quién cantará ahora *Viva mi desgracia?*

Revisemos en el clásico mexicano *Nosotros los Pobres* cómo se desarrolla un melodrama. Esta película es la quinta que Pedro Infante hizo con el director Ismael Rodríguez. Incluso, anteriormente ya habían logrado juntos un éxito: *Los Tres García*. También Blanca Estela Pavón, Chachita y Miguel Inclán, que actúan en esa cinta, habían trabajado con Ismael Rodríguez.

La historia que nos narra *Nosotros los Pobres* transcurre en el popular Barrio de Manzanares. Es claro que este barrio, con sus personajes y su manera de hablar, no existía en la Ciudad de México en 1947 (año en que se filmó la película), sino que es un invento del escritor Pedro de Urdimalas (quien escribió el guión) y también del director de la película, don Ismael.

La película inicia presentando con simpatía la actividad del barrio y sus personajes pintorescos: un jorobado (el Camello), dos borra-



chines (el Topillos y el Planillas) y sus respectivas mujeres (la Tostada y la Guayaba). Pasa un camión con un letrero en la defensa que dice "Ahí les voy". Se ven mujeres trabajando en los lavaderos de la vecindad. Una vez que está dado el retrato del barrio, aparece el héroe. Se trata de un carpintero llamado Pepe el Toro. Guapo, de anchos hombros, bueno, honrado, simpático, serio y muy chambeador. Y ojo: mantiene a su madre que está paralítica y a su hija adoptiva Chachita de doce años.

Para ilustrar el colorido modo de hablar, ofrezco una pequeña escena:

Los dos borrachines compran recorte de madera a Pape el Toro:

—¿En cuánto nos vas a dar esto, Chachita?

—¿Te gusta pa'un treinta?

—¿Treinta?... ¡yaaaa! ¡Oye, Torito, mano... mira... quiere un treinta por estos PALITOS!

—¡Pos ni modo viejo! Ella es la "Administradora"... Ella lava la ropa... Ella plancha...

—¡Y ella nos cobra un treinta! ¡Y nosotros "Azotamos!... ¡Por "güeyes"!

La heroína es Celia, la chorreada. Toda su ambición es ser la mujer de Pepe el Toro y aprender taquigrafía para ganar un poco más. Celia al igual que su novio Pepe, tiene sus penas familiares: su madre que es la portera de la vecindad donde viven todos, tiene que soportar a su marido, padrastro de Celia, que es un marihuano perdido. Con todo y porque se quieren mucho, el héroe y la heroína son felices, aunque el público ya puede preveer que dentro de poco se desatará el melodrama. ¿Qué pasa entonces? Veámoslo por pasos:

Fase uno. Se establecen las líneas de acción melodramáticas

- Chachita sufre pensando en su madre muerta.
- Pepe el Toro sufre porque ve que sufre Chachita, que además es posesiva con él. Y porque su madre sufre al estar paralítica.
- La madre paralítica sufre porque los ve sufrir a los dos.
- Celia sufre porque el marihuano maltrata a su mamá y por celos: Hay una mujer (Yolanda) que ronda a Pepe.
- Yolanda sufre porque arruinó su propia vida y porque Pepe le guarda mucho rencor.

Fase dos. Preparen sus niágaras lacrimógenas

- El licenciado Montes, un hombre rico aparece en la carpintería de Pepe y le encarga un trabajo.
- Chachita escucha una conversación entre la Tostada y la Guayaba, en la que aseguran que Pepe mató a la mamá de Chachita. Esta va a visitar (acompañada de Celia) la tumba que cree de su madre y descubre con horror que ahí está enterrada otra persona. ¡Pepe miente! Chachita llora a gritos.
- Celia teme que lo que dicen de Pepe pueda ser cierto.
- Pepe conversa con Chachita que histérica le reclama que él asesinó a su madre. No sabiendo cómo pararla le da un bofetón, pero al ver sangre en la boca de Chachita, se azota repetidamente su mano contra la pared.

Fase tres. Estamos instalados en el corazón del melo

- Chachita en su cumpleaños se pelea con Celia porque no la quiere de madrastra. Chachita llora nuevamente al ver a Pepe disputado entre Celia y Yolanda.
- Yolanda ante los ojos de todos le ruega a Pepe.
- Celia pelea con Pepe y le arranca la confesión de que Yolanda es su hermana y que por su culpa la mamá de los dos está paralítica.
- Pepe se enoja con Celia porque no confía en él. Más tarde entrega a Chachita los cuatrocientos pesos que le adelantó el licenciado Montes para la madera.
- El marihuano padrastro de Celia ve cuando Chachita esconde los cuatrocientos pesos y más tarde los roba ante los ojos de la paralítica.
- El licenciado Montes pretende a Celia a escondidas.

Teoría y recuento a media película. Hacemos un intermedio

Ha transcurrido una hora de película y tenemos las siguientes "angustiosas" interrogantes".

1. ¿Qué pasó con la mamá de Chachita?
2. ¿Qué hizo Yolanda para que Pepe no la perdone?
3. ¿Cómo recuperará Celia el amor de Pepe?
4. ¿Cómo conservará Chachita el núcleo familiar?
5. ¿Qué pasará con el licenciado Montes?

El encanto de esta película reside, como antes dijimos, en el colorido de sus personajes (magistralmente interpretados) y en el sabor de sus maneras de hablar y

sus conductas. Y claro, en el dramón de la historia.

De no ser melodrama, todo se arreglaría al minuto, sin mayores enredos. Pero el caso es que en el melodrama, las cosas son así: Pepe NO puede decir a Chachita la verdad acerca de su madre ni de Yolanda. Celia TIENE que hacerse un lío ahora que Pepe está enojado con ella, etcétera mil veces. Es decir, que en el melodrama las cosas que vive cada personaje están claramente ordenadas para que sucedan de manera melodramática y no de otro modo. Igual que en una operación matemática, a+b+c es siempre igual a x, así opera también en el melodrama. Madre paralítica + hija que exige saber qué pasó con su madre + desconfianza de la novia + robo de dinero = melodrama.

Ya podemos ver que si un personaje llora, lo hace a gritos, en una catarata de lágrimas, como si se tratara del día del juicio final. Así es como hemos tenido en pantalla a Libertad Lamarque y a Eusebia Cosme abrazadas, llorando "a mares". En el melodrama, como dice el divino Agustín Lara, siempre "se acaba por llorar".

Más teoría, ¡No te me rajes, Torito!

Si en la vida real a una persona como Pepe el Toro, un carpintero X, le pasan las mismas cosas, no tenemos el mismo resultado, ya que en las películas los personajes no pueden vivir los acontecimientos de manera crítica, mientras que en la vida real, sí. A Pepe el Toro le pasa todo en el transcurso de una hora de película. Al carpintero X de la vida real le llevarían varios días vivirlo. Mismos en los que duerme, come, se baña y reflexiona.

¡Que Dios te ayude, Pepe! ¡Que Dios nos ayude a todos!

Pero si Pepe lleva apenas una hora, todavía le falta una hora más de melodrama, en el que llegará al clímax:

- Pepe el toro cae injustamente en la cárcel.
- El licenciado Montes embarga todos los bienes de Pepe.
- Celia recoge a Chachita y a la madre paralítica.
- Chachita, que ignora su parentesco con Yolanda, la trata duramente.
- El marihuano golpea a la abuela cuando ésta lo acusa con la mirada. Y bueno, para no hacerla como dicen mis hijas de TOX, después de brindar al público tantísimos motivos de llanto, en los últimos diez minutos de película todo se aclara:
- Chachita finalmente descubre que su madre está viva y es ¡Yolanda!
- Pepe sale de la cárcel porque es inocente y, ¿lo adivina? Se casa con Celia.
- Y una, que sabe que así son las reglas del melodrama, acepta y disfruta el modo en que transcurren los hechos en la pantalla.

En la actualidad, el melodrama lo vive uno diariamente en las telenovelas hay de todos sabores y colores, de rosa pálido a rojo ardiente.

La cocina tradicional

Sopa de acelgas (D.F.)

Ingredientes:
1 manojo de acelgas
3 papas
3 rebanadas de tocino, picadas
6 tazas de caldo
2 chiles cuaresmeños
sal y pimienta

Preparación:

1. Lave las acelgas hoja por hoja y después escúrralas y píquela.

2. Pele y parta las papas en cuacuadritos.

3. En una olla dore el tocino. Añada las papas, las acelgas y el chile. Fría todo unos minutos.

4. Vierta el caldo a la olla. Agregue sal y pimienta. Cueza unos 15 minutos para que se suavice la verdura.

5. Sirva bien caliente.

Tacos de cascarita (Guanajuato)

Ingredientes:
18 tortillas chicas
6 tazas de cascarita de papa
1 cebolla rebanada
2 chiles de árbol
aceite para freír
sal

Modo de hacerse:

1. Lave las cascaritas y séquelas bien.

2. Fría la cebolla los chiles y las cascaritas hasta que se doren bien. Agregue epazote y sal.

3. Caliente las tortillas y haga taquitos.

Ensalada de verdolagas y crisantemos

Ingredientes:
1 kilo de verdolagas limpias se cuecen durante 1 minuto, se les agrega una cucharada de sal, se escurren y se secan)
1 taza y media de pétalos de crisantemos
1 taza de crema agria
1/2 taza de miel
4 cucharadas de vinagre
1 cucharada de chile verde desvenado y picado
1/2 cucharadita de sal

Preparación:

Se mezcla todo muy bien al momento de servirse.

La Revista del Consumidor, órgano oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor, es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Tiene como objetivo ofrecer a sus lectores información y recomendaciones acerca de toda clase de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar y la búsqueda de alternativas de consumo y mejores hábitos para el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.
El contenido de todos los artículos publicados —firmados o no— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista. Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales. No autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
El Instituto Nacional del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta Revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.
Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor, Asesoría Legal de la Dirección General, Lic. César Garizurieta, Insurgentes Sur 1228-11º piso, Código Postal 03210, o al Apartado Postal 20600, México, D.F. Totalmente impresa en papeles nacionales por Editora de Periódicos, S.C.L. Basilio Vadillo No. 40 Apartado Postal 947 México 1, D.F., Tipografía: TIPART —Tipografía y Formación— México, D.F. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidora Intermex, S.A. Afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial, Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas, dependientes de la SEP, Oficio No. 1227 del 30 de abril de 1981. Reserva de derechos al uso exclusivo del título de la Revista del Consumidor del 21 de mayo de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro No. 015-1176. Características 218621408.

El cuidado de la dentadura

¿Qué origina la caries y la inflamación?

Cuando la capa de esmalte, que recubre la dentadura, es sometida a un ataque regular con alimentos demasiado azucados (por ejemplo, pastelillos, refrescos, dulces, etc.), ésta se vuelve porosa y abre camino a la acción destructiva de las bacterias, provocando caries e inflamación de las encías.

¿Cómo evitarla?

El método más práctico para evitar las caries y la inflamación de las encías consiste en: eliminar la placa dental (acumulación de bacterias entre los dientes), disminuir el consumo de azúcar, evitar su prolongado contacto con los dientes y proteger el esmalte de los mismos

Las pastas dentales

Este producto, contra lo que generalmente se cree, es sólo un auxiliar del cepillado de dientes. Su uso no es imprescindible. Lo importante es el correcto y frecuente cepillado de las piezas dentales y no el dentífrico utilizado en esta operación.

Incluso, la norma oficial mexicana de calidad, define a las pastas como "la mezcla de productos químicos que sin poseer propiedades medicinales o curativas, está destinada a limpiar dientes y encías".

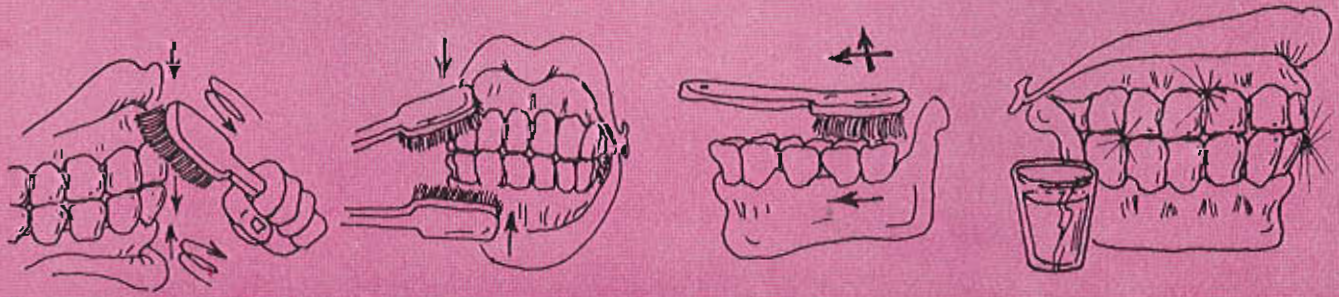
COMO CEPILLARSE LOS DIENTES

—El aseo de la boca debe hacerse firmemente y sin prisa, barriendo y girando el cepillo desde la encía hacia el borde de los dientes.

—Los dientes superiores deben limpiarse de arriba hacia abajo; los inferiores, de abajo hacia arriba.

—En los molares y premolares el buen cepillado debe realizarse en forma de cruz; de atrás hacia adelante y de adentro hacia afuera.

—Es imprescindible enjuagar la boca con vigor, cuantas veces sea necesario, hasta sentir que la dentadura ha quedado limpia, libre de todo resto de comida.



EN TELA DE JUICIO

Ahora, ¿bailará como nunca?

En un comercial de una marca de cigarrillos, una bailarina expresa, después de fumar y antes de someterse a una "audición", que bailará como nunca.

A tal grado ha llegado la publicidad de cigarrillos, que una actividad como el baile, que es totalmente incompatible con el tabaquismo, se le asocia con el fumar.

Nunca una verdadera bailarina que deseara triunfar, se quitaría aquello que les es esencial para su actividad: el oxígeno.

Es el colmo que se pretenda hacer creer que el tabaco la motive a bailar como nunca. Pero, tal vez tenga razón la modelo, al fumar y bailar, lo hará como nunca lo ha hecho, de mal.

O usted ¿qué opina?

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

el brinco

Número 55

Suplemento de la Revista del Consumidor | Coordinación: Marie Puga | Agosto de 1986

Fotos de: Fernando Rojas

El culto por las flores

Nuestra flor nacional, la dalia, se llamó originalmente **cocoxochitl.** Antes de la llegada de los españoles era una flor simple, de pocos pétalos.

Durante el mes de julio se celebró la tradicional feria de las Flores en San Angel. Se inició en esta ocasión con un desfile en el que participaron deportistas, charros, bomberos, cirqueros y músicos.

Después del desfile, las autoridades y el público visitaron el Parque de la Bombilla o Jardín Obregón, recorrieron la exposición de plantas que en realidad es la Feria de las Flores.

En puestos móviles, bajo los enormes árboles del viejo parque se instalaron otros jardines pequeños en donde cada comercio de flores y plantas de la ciudad de México o de poblaciones cercanas, expuso sus más hermosos ejemplares.

Había árboles frutales, flores, plantas de interior, vegetales raros, injertos novedosos, cactus extraños y cultivos que nos mostraron que aún existen jardineros que mantienen viva la tradición mexicana del culto por las flores.

Esta tradición existe desde los tiempos prehispánicos. Centenares de flores y de árboles

Los numerosos cruces entre plantas, el cultivo y la investigación, han convertido a la cocoxochitl en una de las flores más hermosas del mundo.

mexicanos han sido aclimatados en todos los jardines del mundo y su origen, su nombre indígena y sus primeros cultivos, se remontan a los jardines de Chapultepec y a los jardines flotantes de Xochimilco, sólo para referirnos a los que se encontraban en la capital del antiguo México o muy cercanos a él.

El primer jardín botánico de México se construyó en Chapultepec en el siglo XV, durante el gobierno de Ixcoatl, que también mandó plantar los ahuehuetes del bosque, muchos de los cuales se conservan aún y tienen más de 500 años. En Europa, el primer jardín botánico se creó en Italia, un siglo después.

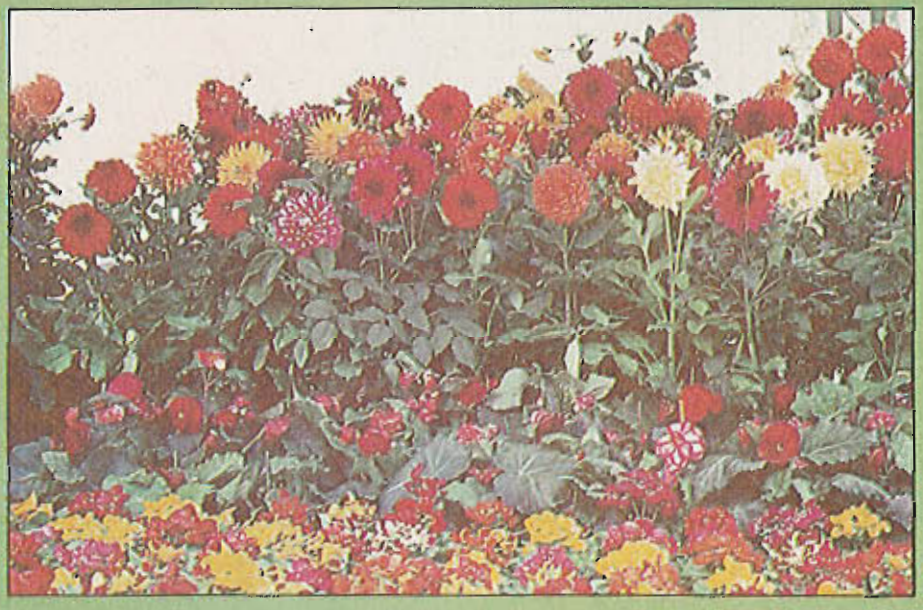
El sistema de hidroponia y los invernaderos fueron usados por los mexicanos muchos siglos antes de que se conocieran en otros países y descubrieran su utilidad. El primer sistema de hidroponia usado en México se conserva todavía en su lugar de origen, las chinampas de Xochimilco.

Entre las flores que México proporcionó al mundo están la flor de nochebuena o **cuetlaxochitl,** originaria de Taxco y cultivada en los jardines de aclimatación de Nezahualcoyotl y Moctezuma, ya que provenía de clima caliente.

La dalia, que es nuestra flor nacional fue conocida como **cocoxochitl** por los indígenas; ellos la reprodujeron e injertaron para obtener mayor variedad de colores. En 1784 se enviaron varias simientes de cocoxochitl al director del Jardín Botánico de Madrid; él la cultivó y después de varios experimentos logró una nueva variedad que bautizó como **dalia**, en honor de su colaborador científico, el botánico sueco Dahl. En París y en Holanda, el comercio de las dalias produce enormes ganancias.

También son de origen mexicano las flores del nardo, las begonias, los cempasúchiles, las orquídeas, las amapolas del campo, el **cacaloxochitl** o rosa laurel, la flor de manita y el girasol, entre muchas otras.

Si este cultivo de las flores te interesa, puedes iniciar tus propios experimentos con alguna planta. Su cuidado te obligará a buscar información sobre las condiciones necesarias para mejorar su cultivo, su especie y sus resultados. Investigar todo lo posible sobre condiciones de tierra, de luz, de riego y de abono, puede resultar interesante y enriquecerá tus conocimientos y tu experiencia.



Esta variedad de colores se ha conseguido a través de años. La planta que comenzaron a cultivar los aztecas, se convirtió en dalia en honor de un botánico sueco que se apellidaba Dahl.

También la bugambilia ha sido objeto de cuidados y de cruces para obtener mayor variedad de colores.

En la exposición de plantas de París, las dalias son las flores mejor cotizadas. En Holanda sólo son superadas por los tulipanes. En la Feria de las Flores de San Angel, los puestos que tenían dalias fueron los más visitados.

Solución al Mensaje Secreto
FELICES VACACIONES

COMIDA DE FLORES

En México tenemos flores tan hermosas como las de ornato.

Sus pétalos brillantes, sus formas caprichosas, sus tallos largos y elegantes, son tan decorativos que podrían colocarse en un adorno; pero tienen otra cualidad: su valor alimenticio. Son las flores comestibles. Hay tantas plantas cuyas flores tienen esta característica, que las podríamos utilizar como alimento.

Las flores de calabaza o ayoxochitl, los huauzontles, la flor de colorín, la flor de palmito, la jamaica y hasta la flor de manzanilla —que es medicinal— han contribuido a darle variedad a los platillos tradicionales mexicanos.

Se podría disponer una elegante comida sólo elaborada con flores, unas de origen mexicano y otras aclimatadas en diversas regiones del país desde hace muchos años.

Flores de calabaza para preparar sopa y quesadillas; huauzontles con los que se hacen tortas rellenas de queso y después capeadas; flor de palmito y de colorín con las que se hacen tortas como las anteriores y con las que también se rellenan tortillas de huevos. Con la coliflor se prepara sopa, ensalada y tortitas con queso y las alcachofas se guisan empanizadas o bañadas con salsas diversas.

En esa comida se bebería agua de jamaica y nieve de piña que también es una flor. Al final se serviría té de manzanilla.

¿Quieres hacer una comida de flores?

Si conoces otras flores que puedan comerse, escríbenos y en tu carta anota todos los datos que conozcas sobre flores comestibles.

MOZART P

Por Pilar Pérez Sainz

Fotos de Gustavo Carrillo

"Ultima llamada; comenzamos". Los artistas escuchan el aviso y terminan de vestirse en sus camerinos.

Estreno de la flauta mágica

La ópera es una obra teatral con acompañamiento de música. Antes, casi siempre había sido actuada y cantada por adultos, pero en esta ocasión los protagonistas son niños. Ellos, además de asistir a la escuela primaria por las mañanas, en las tardes estudian en la Escuela Nacional de Música.

Aproximadamente cincuenta niños, que durante tres meses ensayan una y otra vez las canciones, diálogos y movimientos que sus directores les indican, estrenaron el 26 de julio **La Flauta Mágica** de Mozart, en su versión en español. Los espectadores hicieron un auténtico viaje de fantasía para descubrir la buena música y encontrarse con verdaderos niños artistas, muy diferentes a ciertos grupos infantiles que nos presentan la radio y la televisión, y que la publicidad quiere convertir en ídolos.

Qué opinan algunos de los artistas

Erica Velázquez Blakely tiene 12 años. Acaba de pasar a primero de secundaria y desde hace cuatro estudia violín y solfeo en la Escuela Nacional de Música. En la obra, ella es Pamina, la hija de la Reina de la Noche, y actúa uno de los papeles estelares. Mientras se arregla en el camerino, Erica contesta a nuestras preguntas.

—Erika, ¿no te cansa salir de la escuela, comer y regresar en la tarde a otra escuela para seguir estudiando?

—No. Cuando uno hace lo que le gusta, no se cansa. Es divertido y a mí me gusta mucho la música.

—¿A qué horas juegas con tus amigos o ves la televisión?

—Con mis amigos de la escuela primaria juego a la hora del recreo o los fines de semana. En la Escuela de Música también nos dan tiempo para jugar y casi no veo televisión; ésta no es tan importante como para que te quedes la tarde en tu casa sin moverte y sin pensar.

Tamino (Gustavo Rangel) es el héroe de la obra. Gracias a la flauta mágica puede vencer al dragón y rescatar a la princesa Pamina.

Otra artista, Dinorah Nava Salazar, tiene 12 años. Terminó la primaria en la Escuela Vito Alessio Robles y por las tardes estudia piano en la Escuela Nacional de Música. En la obra es una de las damas de la Reina de la Noche. Tiene un carácter muy alegre y contestó con entusiasmo a nuestras preguntas.

—¿Es cansado ir a dos escuelas el mismo día?

ARA NIÑOS

Sorostro (Luis Antonio Tovar) pide clemencia para la princesa Pamina (Erica Velázquez), pero el malvado Monóstrato (Alan Murillo) se niega a escucharlo.

—A veces sí, pero si quieres hacer algo bueno en la vida tienes que esforzarte.

—Dinorah, ¿por qué te gusta la música?

—Me hace sentir bien y me da mucha alegría.

Participar en esta obra es muy emocionante ya que aparte de que el ambiente con mis compañeros es muy bonito, pienso que cuando sea abuelita les voy a contar a mis nietos que yo estuve en la primera ópera que se hizo únicamente con niños.

—Para estar aquí seguramente tienes que dejar de hacer otras cosas, ¿no te importa?

—Esto es lo que a mí me gusta hacer; pienso que muchos niños no hacen lo que les gusta porque sus papás no les hacen caso y prefieren que se queden viendo televisión o jueguen siempre a lo mismo.

En el camerino de los niños, entrevistamos al villano de la obra, Alan Murillo López, de 12 años, que interpreta a Monóstatos, el moro negro. Alan estudia violín hace un año, tiene una voz privilegiada y es uno de los más traviesos. Sobre su actuación nos dice: "Estoy aquí porque me gusta la música, cantar y subirme al escenario; no me importa repetir las escenas porque así aprendo. Además, nuestros profesores son muy buenas personas".

Qué opina la directora

Jennie Ostrosky, directora escénica de **La Flauta Mágica** nos dice que se escogió esta ópera porque la trama es un cuento de hadas.

Al hacerse la adaptación al español se logró crear un interés en el espectador niño, que probablemente le permita sentirse atraído por la música clásica y descubrir otras opciones diferentes a las de los grupos musicales comerciales.

Nuestras entrevistadas dan los últimos toques a su vestuario. Ellas son Pamina y una de las damas de la Reina de la Noche (Dinorah Nava).

Sobre la dirección escénica de la obra, Jennie señala que aunque los chicos no tenían preparación escénica, aprendieron rápidamente a identificar sus emociones con las de los personajes y a moverse en un escenario.

La Flauta Mágica, *de Wolfang Amadeus Mozart, se estrenó el 26 de julio pasado en la sala Miguel Covarrubias, como parte del festival "El Niño y la Música" que la UNAM presentó en esta temporada vacacional. La versión en español y su adaptación es del maestro Alfredo Mendoza, director concertador del espectáculo, la dirección escénica es de Jennie Ostrosky y la escenografía y el vestuario estuvieron a cargo de Gloria Correa.*

el correo de los brincadores

Amigos de **El Brinco:**

Es la primera vez que les escribo y quisiera entablar una amistad entre amigos de **El Brinco** y yo. Les contestaré en cuanto reciba la primera carta. Tengo 12 años, acabo de pasar a secundaria y quisiera que siguieran publicando en "De Todo" el Código Secreto. También mandaré postales del estado de Sonora, investigaré juegos nuevos y los enviaré a la revista.

Ma. Luisa Bocanegra Moreno.
Apartado Postal 384
H. Caborca, Son.

Querido **Brinco:**

Tengo una duda: quisiera que me dijeran qué opinan de los videojuegos porque a mí me gustan mucho pero leí en una revista que no hacen más que enajenarnos y sacarnos dinero. Pero yo digo que no. Por eso los consulto. Y por último quiero felicitarlos por lo divertida que está la revista y preguntarles cómo puedo obtener ejemplares pasados. Gracias. Los felicita:

Adolfo José Tavizón Moreno, 10 años.

Constitución No. 20
El Grullo, Jal.

* *Adolfo:*

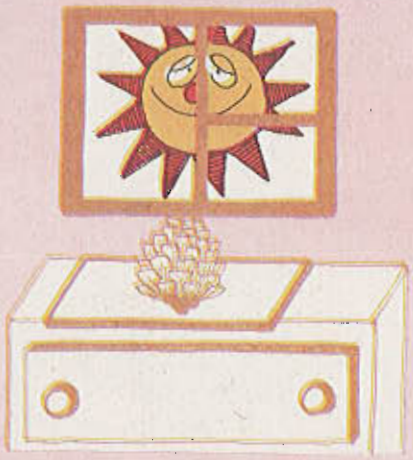
Esos juegos son un negocio que tú y otros niños sostienen. El gasto excesivo por tan pocos minutos, no aporta ningún conocimiento. Los juegos están planteados en inglés, lo que te obliga a gastar varias monedas antes de comprender el mecanismo que casi siempre es de temas bélicos y de ejercicios de destrucción. En resumen: gastas mucho por pocos resultados. Para un análisis más completo, lee la próxima **Revista del Consumidor** de septiembre, donde Martha Sandra García escribe sobre este tema.

El Brinco
Apartado Postal 20600
México, D.F. 01020

Juego de prendas.

Para jugar con varios amigos.

Cada uno de los que saquen una prenda, debe interpretar a un personaje, un animal o un objeto. Por ejemplo: el que saque el cartón que diga "gatito abandonado", podría maullar y estar asustado. Todos los que integran el juego lo cuidan, le dan leche en un plato, le enseñan a hacer suertes. Si saca la prenda que dice: "organillero", debe tocar las canciones que le pidan y pedir una cooperación, y así con la aparición de otros cartones.



Para saber si va a llover.

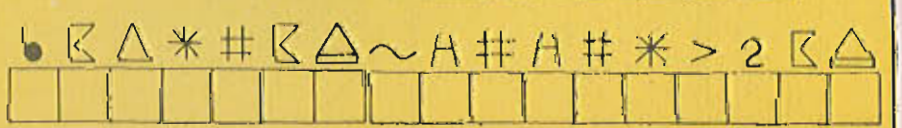
Sujeta una piña de pino a un cartón o madera, cerca de una ventana abierta. Si la piña permanece cerrada, va a llover. Si está abierta, hará buen tiempo.

Código secreto.

Este nuevo código se basa en que cada letra está representada por un signo. Sólo te sugerimos la clave, pero puedes hacer tu propio código con dibujos que se te ocurran para cada letra, y que sólo conocerán tú y el amigo con el que compartas mensajes.

Descifra el mensaje que aquí te enviamos.

Solución: página 3



Miniguía de Vacaciones.

Para hacer tu miniguía, recorta por las líneas continuas y dobla por las líneas punteadas. Así tendrás un pequeño librito que encuadernarás de acuerdo a la numeración de sus páginas. El te dará una serie de consejos para aprovechar los últimos días antes de entrar a la escuela.

TORTAS PARA LA ESCUELA.

Planea, de acuerdo con papá y mamá, de qué serán las tortas o cuáles las frutas que llevarás a la escuela cada día.

a Huevo revuelto.

b Frijoles con queso.

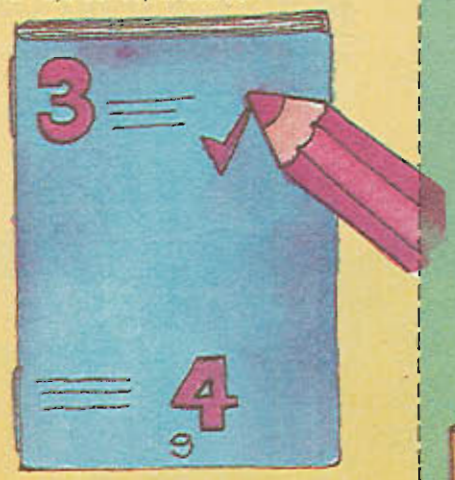
Durante las vacaciones te dormías por la noche y te levantabas por la mañana, más tarde que de costumbre. Comienza desde hoy a levantarte cada día más temprano, hasta que lo hagas sin esfuerzo, a la hora habitual para ir a la escuela.

Miniguía para los últimos días de vacaciones

Lava tus zapatos tenis, sin olvidar las agujetas. Tiéndelos a secar en donde haya sol y aire.

Prepara un botiquín de primeros auxilios. Puedes usar para ello una caja de 30 centímetros por 20. Acomoda en ella lo siguiente: agua oxigenada, merthiolate, una venda elástica de cinco centímetros, sobrecitos de gasa, curitas, cinta adhesiva, algodón y una pomada para quemaduras. Todos estos artículos deben reponerse cuando se terminan.

A medida que vayas realizando las actividades, marco la hoja correspondiente.



c Guisado del día anterior.

d Mermelada.

e Jamón con jitomate.

f Aguacate con queso.

Revisa tus útiles escolares del curso anterior. Algunos pueden servir todavía. Remienda cuadernos de espiral que tengan hojas buenas, saca punta a los lápices de color, busca tus gomas de borrar, sacapuntas, útiles de geometría y límpialos. Esta evitará un gasto innecesario.

Revisa tu uniforme.

Pega los botones faltantes, recose dobladillos y bolsas, quita las manchitas. Si ya no te queda bien, el hermano menor lo recibirá en buenas condiciones.

Sé obediente, actúa con paciencia y termina todo lo que comiences a hacer.

Ayuda a mamá en la cocina, a lavar vidrios o a limpiar muebles de madera con una franela.

No maltrates tus juguetes, protege y quiere a tus mascotas, cuida a los árboles y a las plantas.

Planea tus desayunos para los días en que regreses a la escuela.

1 Papaya con limón
Leche
Enfrijoladas con queso
Pan dulce

2 Jugo de naranja
Leche
Ejotes con huevo
Tortilla y pan dulce

3 Plátano con naranja
Salchicha con huevo
Leche
Pan o tortilla

4 Papaya y melón
Cereal con leche
Pan con mantequilla